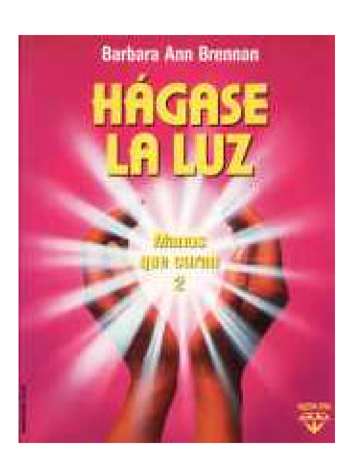
HÁGASE LA LUZ

MANOS QUE CURAN 2



BÁRBARA ANN BRENNAN

Hágase la Luz - (Light Emerging. The Journey of Personal Healing)
©1993, Barbara Ann Brennan
Ilustraciones: Thomas J. Schneider y Joan Tartaglia
Traducción Jordi Vidal
Cubierta: Geest/Hoverstad
Digitalizador: ✠ Hernán (Rosario, Arg.)
L-75 – 9/04/04

ÍNDICE



Barbara Ann Brennan es una sanadora, terapeuta y científica que ha dedicado más de veinte años al estudio y exploración del campo de la energía humana. Graduada en física atmosférica en la Universidad de Wisconsin, trabajó como científica investigadora en el Goddard Space Flight Center de la NASA.

Estudió terapia bioenergética y energética nuclear en el Institute of Psychophysical Synthesis y en la Community of the Whole Person de Washington, D.C. Su primer libro, Manos que curan, ha sido reconocido como uno de los textos fundamentales sobre curación alternativa.

Es la fundadora y directora de la Barbara Brennan School of Healing de East Hampton, Long Island.

Hágase la luz reúne los conocimientos acumulados por la autora a lo largo de sus últimos trabajos como investigadora y sanadora. Con un criterio original, que estimula la colaboración entre el sanador, el paciente y otros terapeutas, el presente libro explica qué es lo que el sanador percibe con la vista, la audición y el tacto, y cómo cada uno de nosotros puede participar en todas las etapas del proceso curativo.

En las páginas de Hágase la luz usted descubrirá:

• Cómo movilizar su poder innato para curarse y curar a los demás.
• Una guía completa para que el paciente colabore con el sanador.
• Los siete estratos del proceso curativo.
• Instrucciones detalladas para crear el plan personal de curación.
• Y mucho más.

Manos que curan, el primer best seller de Barbara Ann Brennan, la reveló como una de las sanadoras y maestras más dotadas del mundo. Ahora, en esta nueva obra largo tiempo esperada, prosigue su exploración pionera en el campo de la energía humana, fuente de nuestras sensaciones de salud o enfermedad.

Este libro está dedicado a todos los que se hallan en el camino de regreso Auténtico y Divino Yo.

INTRODUCCIÓN

UN NUEVO PARADIGMA: CURACIÓN Y PROCESO CREATIVO

Desde la publicación de mi primer libro, *Manos que curan,* he seguido estudiando la relación de nuestras energías vitales con la salud, la enfermedad y la curación. He llegado a interesarme mucho por las cuestiones más profundas del porqué enfermamos. ¿Acaso el proceso de «enfermar» forma parte de la condición humana, con alguna lectura o significación más profunda oculta detrás del mismo? ¿Cómo puede una vida «normal» conducir a la enfermedad en nuestra cultura? Me pregunté cuáles serían los ritmos de vida más saludables a seguir. ¿Cómo afectan a nuestra salud las opciones y acciones que efectuamos a diario? ¿Cómo afectan a nuestra salud los cambios de nuestra conciencia momento a momento? Me planteé si las enfermedades que padecemos pueden estar vinculadas a nuestra creatividad y nuestro proceso evolutivo y de qué manera.

Interrumpí mi práctica curativa con el fin de disponer de más tiempo para fundar la Barbara Brennan School of Healing, y seguí observando fenómenos energéticos en clase y en situaciones de grupo, así como en alumnos individuales. A medida que enseñaba e impartía conferencias, me iba siendo revelado un modelo muy interesante. A principios de año, mi guía Heyoan prometió hablar del proceso creativo. Cuando por fin pude transcribir, editar y recopilar varios de sus discursos, surgió toda una enseñanza nueva sobre la conexión entre el plan evolutivo de la tierra, nuestro cometido en la vida, nuestra creatividad, nuestra salud, y vivir en lo que Heyoan denomina el momento de desdoblamiento.

Para poder comprender este material nuevo, es necesario entrar en un paradigma igualmente nuevo. Webster define el término *paradigma* como «una pauta, un ejemplo o modelo». Es la manera en que percibimos el mundo. Un paradigma es una serie compartida de suposiciones que nos explican el mundo y nos

ayudan a predecir su conducta. Nosotros damos estas suposiciones por ciertas. Las definimos como una realidad básica y no nos molestamos en profundizar en ella. ¿Acaso un pez percibe el agua?

«La mayoría de nuestras nociones sobre el mundo proceden de una serie de suposiciones que damos por sentadas y que, en su mayor parte, no examinamos ni cuestionamos -observa Werner Erhard, creador del tratamiento *est* y de Forum Workshops-. Llevamos esas suposiciones a nuestra mesa como inmutables. Forman parte de nuestra existencia hasta tal punto que nos resulta dificil alejarnos lo bastante de ellas como para someterlas a discusión. No pensamos en esas suposiciones, sino que pensamos a partir de ellas. »

Los paradigmas médicos determinan lo que pensamos de nuestro cuerpo. En el transcurso de los años, la medicina occidental ha identificado espíritus malignos, humores, gérmenes y virus como causas de enfermedad y ha diseñado tratamientos acordes. A medida que avanzan las tecnologías médicas y aprendemos más cosas sobre nuestras conexiones cuerpo-mente, nuestros paradigmas médicos van cambiando. Los paradigmas nuevos dan origen a posibilidades nuevas.

En el pasado, se sabía que el campo aural estaba asociado a la salud y la curación, pero de un modo más bien «esotérico». El conocimiento del campo era una mezcolanza de observaciones reales, suposiciones y fantasías. Ahora, a medida que aprendemos más sobre bioenergía en nuestros laboratorios y clínicas, la idea de un campo energético humano que está directamente conectado a nuestra salud se va haciendo más aceptable en el marco del paradigma médico occidental.

En este libro presento una nueva perspectiva de la salud, la curación y la enfermedad. La primera parte incluye un trasfondo científico, basado tanto en el campo energético como en la teoría holográfica de por qué y cómo funciona la imposición de manos.

En la segunda parte describo lo que un sanador puede y no puede hacer por una persona, el formato básico de una sesión curativa y cómo puede trabajar un tándem sanador-médico. La segunda parte presenta el concepto del sistema de equilibrio interno, un sistema inconsciente y automático que nos mantiene en plena forma si sabemos escucharlo y seguir sus indicaciones. La segunda parte muestra así mismo cómo es probable inducir trastornos en nuestra vida y nuestro cuerpo si no seguimos los dictados del sistema de equilibrio.

A través de una serie de entrevistas con pacientes que se describen en la tercera parte, presento las fases de la experiencia personal que tienen lugar durante el proceso curativo desde el punto de vista del paciente. Expongo Lo que puede hacer un paciente para sacar el máximo beneficio de ese proceso, incluido el modo de trabajar con un sanador y un médico para elaborar un plan curativo. Los estudios de varios casos ayudan a observar el proceso de curación en un marco cotidiano.

La cuarta parte ofrece planes curativos detallados y meditaciones y visualizaciones curativas muy útiles que contribuirán a su proceso de curación personal.

La quinta parte describe cómo las relaciones afectan a su salud en un sentido positivo y negativo. Se detallan formas prácticas de establecer relaciones saludables, así como las interacciones del campo aural que se dan en las relaciones. Se ofrecen maneras de restablecer intercambios y conexiones saludables mediante la energía del campo aural.

La sexta parte describe las realidades espirituales más elevadas y las dimensiones más profundas de las energías creativas, y vincula la salud, la enfermedad y la curación al proceso creativo.

El apéndice A presenta la transcripción de una sesión curativa; el apéndice B, una relación de tipos de sanadores profesionales, qué hacen, y algunas organizaciones a través de las cuales puede usted ponerse en contacto con ellos; y el apéndice C, una descripción de la Barbara Brennan School of Healing, que forma a hombres y mujeres sanadores para la práctica profesional y elabora listas de sanadores graduados. La bibliografia, por último, aporta materiales de estudio y lectura sobre el tema.

AGRADECIMIENTOS

Quisiera transmitir un agradecimiento especial a mi marido, Eli Wilner, por su afectuoso apoyo y estímulo para el despliegue natural de mi desarrollo personal.

Expreso mis más sinceras gracias a los profesores de la Barbara Brennan School of Healing por ayudarme en el manejo del material que ha cristalizado en la realización de este libro; a Roseanne Farano por la amistad, la atención y el asesoramiento que me ha prestado; y al personal de oficina de la Barbara Brennan School of Healing por la preparación del manuscrito.

PRIMERA PARTE

PERSPECTIVA GENERAL DE LA CURACIÓN EN NUESTROS DÍAS

"Una nueva idea se considera, de entrada, ridícula, y más tarde se desestima por trivial, hasta que por fin se convierte en lo que todo el mundo sabe"

WILLIAM JAMES

Capítulo 1
EL DON DE SANAR

El don de sanar reside en cada uno de nosotros. No es un don que se concede sólo a unos pocos. Es una cualidad innata suya y mía. Todo el mundo puede beneficiarse de la curación, y todo el mundo puede aprender a sanar. Cada cual puede sanarse a sí mismo y a los demás.

Usted se proporciona curación, aun cuando no quiera llamarla así. ¿Qué es lo primero que hace cuando se ocasiona una herida? Generalmente, toca la parte herida de su cuerpo. Puede incluso sujetarla para tratar de mitigar el dolor. Este instinto fisico envía también energía curativa a la parte afectada. Si se relaja y coloca sus manos sobre la herida más tiempo de lo que haría normalmente, comprobará cómo tiene efecto una curación aún más intensa. Todas las madres tocan, abrazan, besan o acarician a sus hijos cuando éstos contraen algún dolor, y hacen lo mismo con el resto de sus seres queridos. Si usted observa estas sencillas reacciones y procede a estudiarlas, constatará que cuando usted toca a alguien a quien quiere mucho, se produce un efecto más intenso que si toca a un desconocido. Lo más probable es que haya conferido a su tacto una esencia especial: la esencia del amor que siente hacia esa persona. Como ve, usted ha sido siempre capaz de sanar, pero no tenía conciencia de ello.

Cuando usted está alegre, feliz, lleno de energía, o en cualquier otra disposición positiva, su tacto será más agradable para los demás que si estuviera de mal humor. La energía que encierra un contacto malhumorado no es la misma que existe en un contacto alegre. Su estado de ánimo en un momento dado se expresa a través de su energía. Cuando aprenda a regular su estado de ánimo y, en consecuencia, la naturaleza de su energía y su flujo energético, pronto utilizará su energía para sanar. Esto es lo que hacen los sanadores. Simplemente, aprenden a percibir y regular su energía para utilizarla en la curación.

Estas experiencias personales cotidianas, que tengo la certeza se han desarrollado desde que habitábamos en cavernas, han dado origen a la base de la curación por imposición de las manos. Ha tenido lugar desde que ha existido el ser humano. Los antiguos ya eran conscientes del poder curativo que residía en sus manos. Cada cultura investigaba y utilizaba este poder desde la estructura de sus conocimientos y tradiciones. En su libro *Future Science,* John White enumera noventa y siete culturas distintas de la faz de la Tierra, cada una de las cuales posee su propia denominación para referirse a la curación o a los campos de energía vital. Éstos se conocen en China y la India desde hace más de cinco mil años.

Yo llamo la energía vital que rodea y penetra en todo «campo de energía universal», o CEU. Y llamo la energía vital asociada a los seres humanos «campo energético humano», o CEH. Se conoce más comúnmente como «aura humana».

Percepción y regulación del CEH

Muchas personas pueden percibir el campo energético humano, y *todo el mundo* puede aprender a percibirlo.

De hecho, ya lo hacemos, tal vez inconscientemente, quizá sin considerarlo, o quizá llamándolo por otro nombre. Así, por ejemplo, usted sabe cuándo alguien le observa sin verlo porque lo nota; o bien le agrada inmediatamente un desconocido que acaban de presentarle, y sabe que se llevará bien con él; o tiene la vaga sensación de que algo bueno va a ocurrirle, y así sucede. Usted siente el campo energético humano a través de lo que yo llamo elevada percepción sensorial (EPS). La EPS se refiere simplemente a la extensión de nuestros sentidos más allá del alcance normal al que estamos acostumbrados, y se conoce a veces como el «sexto sentido». Otros términos utilizados para designar esta capacidad son: clarividencia, o la aptitud de ver cosas significativas que otros no pueden ver; clariaudiencia, o la aptitud de oír cosas que otros no pueden oír; y clarisensibilidad, o la aptitud de sentir cosas que otros no pueden sentir.

Yo he desarrollado, estudiado y utilizado la EPS durante muchos años. He descubierto formas más específicas de diferenciar los distintos tipos de EPS. Esta incluye los cinco sentidos normales -vista, oído, tacto, gusto y olfato- amén de otros sentidos complementarios. Uno de ellos, la intuición, es una vaga sensación de conocimiento, como saber que algo bueno va a ocurrir sin saber de qué se trata. Otro ejemplo de la intuición es cuando usted sabe que alguien va a llamar por teléfono -incluso puede saber quién- pero no sabe exactamente para qué.

Otro de estos sentidos es lo que yo llamo *conocimiento directo.* Este sentido nos brinda una información completa, específica y directa. Así, por ejemplo, sabemos que determinada persona va a llamarnos, cuándo lo hará y qué nos dirá. O, si se nos plantea una pregunta sobre algo que creemos desconocer por completo,

resulta que conocemos el concepto global y los detalles específicos de la respuesta. Generalmente, en el conocimiento directo ignoramos de dónde obtenemos la información. Pero el caso es que la conocemos.

Otro sentido superior es la capacidad de percibir nuestras emociones y las de los demás. Sabemos qué sentimos mutuamente, aun cuando no lo expresemos con palabras. Simplemente, captamos la energía de los sentimientos de la otra persona.

Yo distingo entre la percepción de sentimientos y la percepción de amor. Así pues, otro sentido superior es la capacidad de sentir amor. Esto implica una conexión con los demás mucho más profunda que en la percepción del resto de emociones. Constituye una categoría por sí misma.

Además de los cinco sentidos de la vista, el oído, el gusto, el olfato y el tacto, tenemos la intuición, el conocimiento directo, la percepción de emociones y la percepción de amor. Cuando todas estas sensaciones funcionan, somos capaces de ser plenamente conscientes de estar aquí y ahora.

Los sentidos sirven la conciencia, y ésta nos introduce en el presente. Estar en el presente es una experiencia que mucha gente alcanza a través de la meditación.

Este estado del ser es una puerta de escape fuera de las fronteras de tiempo y espacio que nos limitan. La meditación tranquiliza y aclara la mente para alcanzar una sensibilidad elevada.

La EPS reside en la esfera de la información muy sutil que nuestro cerebro considera poco importante. Piense en la analogía de la audición musical. Cuando la música está alta, se hace más dificil oír las notas más delicadas que contiene. Si usted baja el volumen, las notas más suaves y los matices más sutiles se vuelven significativos. Es posible oír ritmos dentro de otros ritmos. Lo mismo puede decirse de la EPS y el campo energético humano. Usted puede aprender a bajar el ruido interno que hay en su cabeza y prestar atención a los ritmos más suaves y a los matices más sutiles de la vida. Cuando lo haya practicado durante un cierto tiempo, descubrirá que esos ritmos más sutiles *son los cimientos* de su experiencia de la vida a cada momento. Están conectados a la potente energía vital con la que todos funcionamos.

Ponga su mano sobre la rodilla de su hijo la próxima vez que se la golpee. Permítase sentir su amor por su hijo. La mano se calentará. ¿Por qué? Porque la energía curativa de su campo energético surge de su mano y ayuda a la rodilla a sanar. Usted percibirá la energía curativa en forma de calor, palpitaciones o un hormigueo parecido a electricidad. Este tipo de percepción recibe el nombre de sensibilidad cinestésica. Usted percibe el campo energético humano cinestésicamente, mediante el tacto.

Dado que usted puede percibir el campo energético humano, puede aprender a interactuar con él y a controlarlo a voluntad. Trate de cambiar el flujo de energía que recorre su cuerpo a partir de las instrucciones que siguen. Hágalo la próxima vez que se sienta cansado o tenso.

Tiéndase e imagine un sol radiante y agradable dentro del plexo solar (región del estómago) de su cuerpo. Muy pronto se sentirá mucho mejor, y notará calor en el estómago. Es probable que la respiración aminore su ritmo a medida que usted se relaja. Si desea extender esta relajación de modo que incluya su espíritu, recuerde una intensa experiencia religiosa o espiritual que haya tenido, tal vez en su infancia. Evoque ese momento maravilloso y especial en el que supo que Dios (sea lo que fuere lo que representa personalmente para usted) existía y que el hecho de estar vivo era una experiencia de lo más natural y sagrada, tan natural que no entrañaba ninguna inquietud. Usted no volvió a pensar en Dios. Déjese llevar por esa experiencia y alójese pacíficamente en brazos del creador. Al hacer esto, habrá cambiado su flujo energético. Se habrá inducido en un poderoso estado curativo. Sienta ahora su energía. ¿Le gusta?

El relajado estado curativo que siente corresponde a su campo de energía a medida que se vuelve más coherente, así como a una disminución de sus ondas cerebrales. Éstas pueden medirse con un electroencefalógrafo, o EEG. Probablemente demostrará que su cerebro está en un ritmo alfa, de unos 8 Hz o ciclos por segundo, que es lo que se conoce como estado curativo. Un detector de campo magnético mostraría que su campo de energía vibra a razón de 7,8 a 8 Hz. Éste es un estado energético muy natural para cualquier persona.

Es muy probable que, siendo niño, usted se entregaba plenamente a todo cuanto estaba a su alcance de un modo muy natural y espontáneo. Esto es lo que hace ahora, en esos prodigiosos momentos de abandono creativo en los que se entrega a la energía vital que emana de usted desde una fuente interna. Entonces los colores son más vivos; los sabores, más dulces; el aire, más fragante; y los sonidos que le rodean crean una sinfonía. Usted no es ninguna excepción; todo el mundo tiene este tipo de experiencias.

Tal vez sus mejores ideas surgen cuando usted ni siquiera piensa en una solución a un problema. Usted pasea por el bosque o contempla una hermosa puesta de sol, cuando aparece de repente. Ha salido de las profundidades de su ser interno. O bien se fija en los ojos de un bebé y ve asombro, y usted se llena de asombro ante el misterio de la vida. También en este caso las sensaciones han surgido de su propio interior. Emanan de una fuente interna y profunda que yo llamo el núcleo central del ser. Es de esa fuente de donde procede su luz. Es su chispa interior divina.

Exploración de las energías creativas curativas

Todos podemos aprender a explorar esa fuente profundamente arraigada en nuestro interior. La liberación de las energías creativas a voluntad requiere práctica. Una vez destruidos los bloqueos, la creatividad surge desde las capas profundas como si se tratara de un pozo artesiano. Cualquier artista o escritor conoce la lucha por superar los bloqueos que atenazan su creatividad. En cuanto se superan los obstáculos, la pintura o la escritu-

ra fluye como un río. También les ocurre a los científicos que intentan resolver problemas. Todos los datos se almacenan en la mente racional. Ésta se esfuerza por encontrar la respuesta, pero no puede. Tras unas horas de descanso, algunos sueños y cierta actividad del hemisferio cerebral derecho, la solución se presenta por sí sola. La fuerza creativa ha sido desatada por un proceso interno de liberación en el que uno se sale de su camino y permite que la energía fluya libremente.

La fuerza creativa también se manifiesta en los momentos críticos. Es entonces cuando actuamos como héroes. Todo el mundo ha oído hablar de hechos prodigiosos que han ocurrido en situaciones críticas, como el de un hombre que levantó un coche para rescatar a un ser querido en un accidente. O el caso de la madre que siente la urgente necesidad de regresar a casa y llega a tiempo de salvar a sus hijos de un peligro.

La liberación de esta fuerza creativa nos proporciona un dominio sobre lo que está a nuestro alcance. El proceso de la curación consiste en liberar nuestra fuerza creativa para llegar a dominar la salud y el bienestar. De hecho, desde mi perspectiva y como veremos a lo largo de este libro, buena parte de la enfermedad es la consecuencia de bloquear el flujo natural de las energías creativas de un individuo.

¿Por qué bloqueamos nuestra energía creativa?

Cuando pasamos por las experiencias dolorosas de la vida, automáticamente tratamos de no sentir el dolor. Lo hemos hecho desde la infancia. Aislamos el dolor físico retirando nuestra conciencia de la parte del cuerpo dolorida. Combatimos la angustia mental y emocional tensando los músculos y encerrándola en nuestro inconsciente. Para mantenerla a raya en el inconsciente (o a veces justo por debajo del nivel de la conciencia), creamos toda suerte de distracciones en nuestra vida que alejen nuestra atención de ella. Podemos mantenernos muy ocupados y hacernos adictos al trabajo, o tomar el camino contrario hacia el paraíso de la televisión. Muchos de nosotros nos hacemos adictos a las drogas, al tabaco, al chocolate o al alcohol. Otros se vuelven adictos al perfeccionismo, a ser los mejores o los peores. Proyectamos nuestros problemas sobre los demás y nos preocupamos por ellos en lugar de tratar de resolver nuestros propios conflictos. Dirigimos mal o reducimos grandes cantidades de energía con el fin de evitar sentir dolor, incluyendo lo que sentimos en el momento presente y ser quienes somos en ese momento. Creemos que da resultado. Creemos que podemos pasar sin sentir ni ser quienes somos, pero no funciona. El precio es alto, pero podemos llegar a negar que haya un precio. El precio es la vida.

Consideramos que la única forma posible de detener todo ese dolor consiste en interrumpir el flujo de energía que contiene el dolor. Hay flujos de energía específicos que contienen dolor fisico, dolor emocional y dolor mental. Por desgracia, este flujo energético incluye también todo lo demás. El dolor no es más que una parte. Cuando detenemos la experiencia negativa del dolor, la ira o el miedo a cualquier situación desagradable, también podemos detener la experiencia positiva, incluidos los aspectos fisicos, emocionales y mentales de esa experiencia.

Quizá no seamos conscientes de este proceso porque, para cuando hemos alcanzado la edad de la razón, lo hacemos habitualmente. Cercamos nuestras heridas. Al cercar nuestras heridas, bloqueamos también la conexión con nuestro centro o núcleo interno. Puesto que el proceso creativo emana del núcleo creativo que reside dentro de nosotros, encerramos también nuestra creatividad. Hemos tapiado literalmente la parte más profunda de nosotros respecto a nuestra conciencia y vida exterior.

Conglomerados de tiempo psíquico congelados

El dolor que hemos reprimido empezó muy temprano en nuestra infancia, muchas veces antes incluso de nacer, en el seno materno. Desde esa temprana infancia en que interrumpimos el flujo de energía en un episodio de dolor, congelamos ese evento tanto en su dimensión energética como temporal. Es lo que denominamos un bloqueo en el campo aural. Puesto que el campo aural se compone de conciencia energética, un bloqueo es conciencia energética congelada. La parte de nuestra psique asociada con ese evento se congeló también en el momento en que interrumpimos el dolor. Esa parte de la psique permanece helada hasta que la descongelamos. No madura a medida que lo hacemos nosotros. Si el episodio sucedió a la edad de un año, esa parte de nuestra psique sigue teniendo un año de edad. Y lo seguirá teniendo y actuará como la psique de una persona de un año cuando se evoque. No madurará hasta que se cure dejando entrar en el bloque energía suficiente para descongelarla e iniciar el proceso de maduración.

Todos estamos llenos de esos bloqueos temporales de conciencia energética. ¿Por cuánto tiempo, en un día determinado, actúa un ser humano como un adulto? No mucho. Interactuamos continuamente unos con otros desde distintos bloques de tiempo psíquico congelados. En cualquier interacción intensa, en un momento dado cada persona podría experimentar la realidad desde una perspectiva interna de adulto y, en el momento siguiente, una o ambas personas podrían haber pasado a un aspecto del niño herido a una edad concreta. Este cambio constante de un aspecto de la conciencia interna a otro es lo que dificulta tanto la comunicación.

Un aspecto importante de tales bloques de tiempo psíquico congelados es que se coagulan juntos según una energía similar, formando un conglomerado de tiempo psíquico congelado. Así, por ejemplo, la energía puede tener la naturaleza de un abandono. Piense en un hombre de mediana edad llamado Joe. (En realidad es un personaje ficticio, pero su experiencia ilustra las de muchas personas con las que he trabajado. Para ilustrar

qué ocurre en el nacimiento que puede seguir desarrollándose a lo largo de toda la vida, me referiré a Joe durante este capítulo. Él podría ser cualquiera de nosotros.)

Cuando Joe nació, fue separado de su madre porque ésta tuvo muchas dificultades durante el parto y se le administró anestesia. Volvió a separarse de ella cuando tenía un año y su madre ingresó en el hospital para tener otro bebé. A partir de estas dos experiencias, el niño, que quiere mucho a su madre, espera ser abandonado por la persona que más quiere. Cualquier grado de abandono que sufra Joe en el futuro lo acusará con la misma fuerza devastadora que la primera vez.

A partir de ese profundo trauma, nos formamos una imagen conclusiva. Una imagen conclusiva se basa en la experiencia; en el caso que nos ocupa, en la experiencia del abandono. Está basada en la lógica infantil que argumenta: «Si amo, seré abandonado». Luego, esta imagen conclusiva colorea todas las situaciones similares. Obviamente, el pequeño Joe no es consciente de tener esta opinión a la edad de un año. No obstante, la conserva inconscientemente en su sistema de creencias y la arrastrará consigo toda la vida. En términos psicológicos, los dos primeros eventos se conectan directamente al suceso ocurrido cuando Joe contaba diez años y su madre se fue de vacaciones. Cada vez que suceda un hecho similar en su vida, su reacción emanará del punto de vista de la imagen conclusiva más que de la situación inmediata. Esto provoca todo tipo de reacciones emocionales que se exageran ante una situación dada.

Como veremos en los capítulos siguientes, nuestra imagen conclusiva determina nuestra conducta personal, que tiende, de hecho, a recrear traumas similares al original. Así, es muy probable que Joe propicie en gran medida una situación en la que sea abandonado por su esposa o su novia. Sus actos, basados en sus expectativas negativas inconscientes, han contribuido a crear la situación. Dado que él espera, inconscientemente, que le abandonen, tratará a su esposa o a su novia como alguien que le abandonará. Puede que Joe le plantee demasiadas peticiones de que ella le demuestre su amor, o incluso la acuse de tener intención de abandonarle. Esta conducta inconsciente provocará a su compañera y, de hecho, la impulsará a marcharse. La realidad cruda y profunda es que, al tratarse como si mereciera ser abandonado, ha terminado por abandonarse a sí mismo.

Como veremos, no conviene subestimar nunca el poder de nuestras imágenes conclusivas. El descubrimiento de nuestras imágenes encierra la clave del proceso de transformación hacia la salud y la felicidad. Estamos llenos de esas imágenes, en torno a las cuales se ensamblan los conglomerados de tiempo psíquico congelados. Todos tenemos mucho que limpiar.

Los bloques de tiempo psíquico congelados se coagulan en torno a una energía semejante que compone una imagen, lo cual confunde a cualquiera que entienda que esas experiencias deberían estar tan alejadas emocionalmente como lo están en el tiempo. Esto no es así. Cada pequeño segmento del conglomerado de tiempo psíquico congelado se compone de la conciencia energética que se heló en el transcurso de una experiencia concreta en el pasado. Pero las experiencias similares están directamente conectadas por más tiempo que haya transcurrido entre ellas.

Mediante la actividad curativa se libera uno de los pequeños bloques de tiempo psíquico congelados. Entonces, la energía progresiva que ingresa en el campo aural empieza automáticamente a liberar, a su vez, los otros pequeños segmentos del conglomerado de tiempo, por cuanto están llenos de energía similar. Volviendo al caso de Joe, cada vez que se libera un bloque de tiempo, él lo experimenta como si le ocurriera en ese preciso instante. Así, podría experimentar un dolor de cuando tenía treinta años y, tan pronto como remitiera ese dolor, se encontraría de repente en la edad de diez años. Muy pronto, esos diez años se convertirían en uno.

En cuanto esas partes de la psique humana que no han madurado con el resto de la personalidad se liberan, inician un rápido proceso de maduración. Este proceso puede llevar desde unos minutos hasta un par de años, según lo arraigada, intensa y penetrante que fuera la conciencia energética congelada.

Cuando esas energías se integran uniformemente en el CEH y se remiten al proceso creativo de la vida de un individuo, ocurren cambios en todos los ámbitos de la vida. La de Joe empieza a reestructurarse a partir de la nueva conciencia que actúa ahora en el proceso creativo. Joe ya no se abandonará en un esfuerzo inconsciente por recibir atención. En cambio, permanecerá consigo mismo, porque ahora cree que es digno de tener compañía y es capaz de crearla. Una vez que haya desarrollado esta nueva relación consigo mismo, atraerá a una compañera que no contenga la energía del abandono. Así, la relación entre ambos será estable en este aspecto. Claro que tal vez requerirá un cierto tiempo para dar con la «mujer ideal».

El dolor de vidas anteriores

El tema de la «vida anterior» ha sido objeto de una extensa investigación, tanto en la literatura como mediante regresión hipnótica. Esta investigación busca el origen de la mayor parte de dolor psicológico crónico a través de las experiencias de una vida anterior. El libro *Other Lives, Other Selves,* [*] de Roger Woolger, contiene una detallada descripción al respecto. En su terapia de regresión a vidas anteriores, el doctor Woolger constata que, en cuanto un cliente revive y elimina el dolor de una experiencia en una vida anterior, es capaz de sanear circunstancias similares de su vida presente que otras clases de terapia no podrían manipular.

[*] *Otras vidas, otras identidades,* Ed. Martínez Roca, S. A., Barcelona, 1991, colección Nueva Era.

Las vidas anteriores están contenidas también en nuestros conglomerados de tiempo psíquico congelados. También se atraen e interrelacionan mediante energía similar. No están separadas por el tiempo, de modo que están directamente conectadas con los eventos de la vida presente y de otras vidas. Se requiere un poco más de energía para irrumpir en un evento congelado de una vida anterior, puesto que ha estado allí más tiempo y aparece cubierto de más residuos, pero puede hacerse en varias sesiones curativas. Sucede automáticamente cuando la persona está lista.

Según mis observaciones del campo energético humano durante las sesiones curativas, los traumas de las vidas anteriores subyacen siempre bajo los problemas crónicos del presente que son difíciles de resolver. Cuando los traumas de la vida presente se resuelven hasta cierto punto mediante la curación por imposición de manos, el trauma de la vida anterior que está enterrado bajo ellos aflora a la superficie para ser curado. Este tipo de actividad curativa es muy efectivo para transformar la vida de un cliente así como su condición física. Siempre ocurren grandes cambios a resultas de eliminar un trauma de la vida anterior mediante la imposición de manos. En este cometido, es siempre importante que el cliente relacione claramente su vida anterior con situaciones de la vida presente, para que todo el conglomerado se libere y no pueda utilizarse para impedir las soluciones de esta vida.

El origen del dolor: su herida original

El origen del dolor, desde mi perspectiva, es aún más profundo que la energía bloqueada a partir del dolor personal o que el fenómeno de las vidas anteriores. Emana de la creencia de que cada uno de nosotros es un ente separado; separado de todos los demás y separado de Dios. Muchos de nosotros creemos que, para ser individuales, hemos de estar separados. Como consecuencia, nos separamos de todo, incluidos nuestros familiares, amigos, grupos, naciones y el planeta. Esta creencia en la separación se experimenta como miedo, del que surgen todas las demás emociones negativas. Una vez que hemos dado lugar a esas emociones negativas, nos separamos de ellas. Este proceso de separación se perpetúa creando más dolor e ilusión, hasta que el ciclo de retroalimentación negativa se rompe o se invierte mediante un trabajo de proceso personal. Este libro trata de aportar soluciones para invertir este círculo vicioso con el fin de inducir cada vez más placer y claridad en nuestra vida. La clave reside en el amor y la conexión con todo cuanto existe.

El amor es la experiencia de estar conectado a Dios y a todo lo demás. Dios está en todas partes, en todo. Dios está encima, debajo, a nuestro alrededor y dentro de nosotros. La chispa divina de Dios es individual y única en cada uno de nosotros. La experimentamos como nuestro manantial interno, o el núcleo de nuestro ser. Cuanto más nos conectamos con Dios fuera de nosotros, más nos conectamos a la individualidad interna de Dios. Cuando estamos conectados al Dios universal y al Dios individual que llevamos dentro, estamos totalmente seguros y libres.

La creación de la máscara para enmascarar el dolor original

Cuando nacemos, aún estamos muy conectados a la gran sabiduría y el poder espirituales a través de nuestro núcleo. Esta conexión con el núcleo y, en consecuencia, con la sabiduría y el poder espirituales nos aporta la sensación de seguridad absoluta y de admiración. Durante el proceso de maduración, esta conexión se desvanece lentamente. Es sustituida por las voces paternas que tratan de protegernos y darnos seguridad. Hablan de correcto y equivocado, de bien y mal, de cómo tomar decisiones y cómo actuar o reaccionar en una situación dada. A medida que la conexión con el núcleo se desvanece, nuestra psique infantil trata desesperadamente de reemplazar la sabiduría original innata por un ego que funcione. Por desgracia, el revestimiento de voces paternas internalizadas no pueden cumplir ese cometido. Lo que se produce entonces es una máscara.

La máscara constituye el primer intento de corregirnos. Con ella, tratamos de expresar quien somos de una forma positiva que sea aceptable para un mundo del que tememos que nos rechace. Presentamos nuestra máscara al mundo según nuestras creencias de lo que pensamos que el mundo dice que es correcto, para que nos acepte y nos sintamos seguros. La máscara tiende a la conexión con los demás porque eso es lo «correcto». Sin embargo, no puede conseguir una conexión profunda, por cuanto niega la naturaleza verdadera de la personalidad. Niega nuestro miedo y nuestros sentimientos negativos.

Ponemos todo de nuestra parte en la creación de esa máscara, pero no funciona. La máscara nunca logra generar la sensación interna de seguridad que nos esforzamos por alcanzar. De hecho, genera la sensación interna de ser un impostor, por cuanto tratamos de demostrar que somos buenos cuando en realidad no lo somos siempre. Nos sentimos falsos, y experimentamos más temor. Entonces lo intentamos con mayor intensidad. Usamos lo mejor de nosotros mismos para demostrar que somos buenos (una vez más, según las voces paternas internalizadas). Esto produce más miedo, sobre todo porque no podemos soportar sentirnos cada vez más falsos y más temerosos, en un círculo vicioso en aumento.

La intención de la máscara es protegernos de un mundo pretendidamente hostil demostrando ser buenos. La intención de la máscara es la simulación y la negación. Niega que su objetivo sea combatir el dolor y la ira, porque niega que ese dolor y esa ira existan dentro de la personalidad. La misión de la máscara es proteger el ser sin asumir la responsabilidad sobre acciones, pensamientos o hechos negativos.

Desde la perspectiva de nuestra máscara, el dolor y la ira sólo existen fuera de la personalidad. No asumimos responsabilidad alguna. Todo lo negativo que ocurre tiene que ser culpa de otro. Culpamos a los demás. Esto implica que el dolor o la ira reside en otra persona.

La única manera de mantener esta mascarada consiste en tratar siempre de demostrar que nosotros somos los buenos. Por dentro, acusamos la presión constante que ejercemos sobre nosotros mismos para ser buenos. Tratamos de cumplir las normas. Y, si no, intentamos demostrar que tenemos razón y que las normas están equivocadas.

Nos resentimos de tener que vivir según normas ajenas. Cuesta mucho trabajo. Sólo queremos hacer lo que tenemos ganas de hacer. Nos cansamos, nos irritamos, no nos preocupamos, vertemos nuestras quejas y acusaciones negativas. Herimos a los demás. La energía que hemos almacenado en la máscara se agita, ejerce presión, se escapa y se transmite a los demás. Y, por supuesto, negamos también eso, dado que nuestra intención es preservar la seguridad demostrando que nosotros somos los buenos.

En alguna parte de nuestro interior, nos complace estallar. Dar salida a la energía supone un alivio, aunque no lo hagamos de una forma clara y directa, aunque no asumamos la responsabilidad cuando lo hacemos. Hay una parte de nosotros que disfruta vertiendo nuestra negatividad sobre los demás. Esto se denomina «placer negativo», y se origina en el ser inferior.

El placer negativo y el ser inferior

Estoy segura de que usted recordará haber sentido placer en alguna acción negativa que haya hecho. Cualquier movimiento de energía, negativo o positivo, es placentero. Esas acciones transmiten placer porque son estallidos de energía que se ha almacenado en el interior. Si usted experimenta dolor cuando la energía empieza a moverse, pronto seguirá el placer porque, a medida que suelta el dolor, libera también la fuerza creativa, que se experimenta siempre como placer.

El placer negativo tiene su origen en el ser inferior. Nuestro ser inferior es la parte de nosotros que ha olvidado quién somos. Es la parte de la psique que cree en un mundo separado y negativo y que actúa de acuerdo con él. El ser inferior no niega la negatividad, sino que la disfruta. Tiene la intención de gozar del placer negativo. Puesto que el ser inferior no niega la negatividad, como sí lo hace la máscara, es más honesto que ésta. El ser inferior es veraz respecto a su intención negativa. No finge ser bueno, porque no lo es. Impone sus intereses y no se anda con rodeos. Dice: «Yo me ocupo de mí, no de ti». No puede ocuparse de sí mismo y de otro por causa de su mundo separado. Gusta del placer negativo y quiere más. Conoce el dolor existente en la personalidad, y no tiene ninguna intención de experimentarlo.

La intención del ser inferior es preservar la separación, hacer todo cuanto quiere hacer, y no sentir dolor.

El ser superior

Por supuesto que durante el proceso de maduración no toda nuestra psique está separada del núcleo. Una parte de nosotros es franca y afectuosa, sin ánimo de lucha. Está directamente conectada a nuestra divinidad individual interna. Está llena de sabiduría, amor y valor. Establece conexión con el gran poder creativo. Facilita todo lo bueno que ha sido creado en nuestra vida. Es la parte de nosotros que no ha olvidado quién somos.

Donde haya paz, alegría y satisfacción en su vida, es allí donde su ser superior se ha manifestado a través del principio creativo. Si se pregunta qué se entiende por «quién es realmente» o «su verdadero ser», explore estas áreas de su vida. Son una expresión de su verdadera esencia.

Nunca asuma que un área negativa de su vida expresa su verdadero ser. Las áreas negativas de su vida son expresiones de quien no es usted. Son ejemplos de cómo ha bloqueado la expresión de su verdadero ser.

La intención del ser superior es la verdad, la comunión, el respeto, la individualidad, una autoconciencia clara y la unión con el creador.

La importancia de la intención

La diferencia principal entre el ser superior, el ser inferior y la máscara reside en el establecimiento de la intención subyacente sobre la que se basa cada uno, y en la cualidad de la energía presente en cualquier interacción que resulte de la intención subyacente.

Lo más desconcertante de muchas interacciones humanas es que son distintas según la intención que se oculta tras ellas. Las palabras que pronunciamos pueden emanar de cualquiera de los tres focos de intención: el ser superior, el ser inferior o la máscara. Las propias palabras pueden decir una cosa, pero significar otra. El ser superior es sincero cuando afirma: «Somos amigos». La máscara quiere decir: «Somos amigos mientras yo sea el bueno, y tú no debes desafiar nunca la ilusión de que yo soy el bueno». El ser inferior dice: «Somos amigos sólo hasta que yo lo permita. A partir de entonces, ¡vigila! No te acerques mucho, porque te utilizaré para conseguir lo que quiera y para evitar mi dolor. Si te acercas demasiado a mí o a mi dolor, o tratas de impedir que consiga lo que quiera, me libraré de ti». (En este caso, *librarse* designa cualquier cosa que haga falta para detener a la persona. Podría referirse simplemente a no hablar con ella, o a superarla en una discusión o una demostración de fuerza, o podría llegar hasta el extremo de librarse fisicamente de ella.)

La defensa o la negación de su herida original genera más dolor

Cuanto más distorsionadas por la máscara sean las acciones que emanan de nuestro núcleo, más debemos justificar nuestras acciones mediante la censura. Cuanto más negamos la existencia de nuestro ser inferior, más nos debilitamos. La negación retiene la fuerza de la fuente creativa en nuestro interior. Esto da lugar a un círculo cada vez mayor de dolor e impotencia. Cuanto más grande se hace ese círculo vicioso de dolor e impotencia, mayor parece ser el dolor o la herida original. Se recubre de un dolor ilusorio de una intensidad imaginaria tal, que nos aterra inconscientemente y hace que no reparemos en medios para evitar experimentarlo. En nuestra imaginación, se convierte en una tortura y aniquilación total. Cuanto más justifiquemos el mantenerse alejados de ese dolor sin curarlo, más se oculta la herida original y menos se parece a lo que creemos que es.

A partir de mi experiencia como sanadora y maestra, he llegado a la conclusión de que generamos mucho más dolor y enfermedad en nuestra vida y nuestro cuerpo evitando la herida original mediante nuestras pautas de defensa habituales que los que generó la herida original en primera instancia.

Nuestro sistema de defensa habitual

En mi experiencia, el modo en que distorsionamos constantemente nuestro campo de energía para dar lugar a nuestro sistema de defensa habitual produce más dolor y enfermedad en nosotros que cualquier otra causa.

Cuando describa el campo energético humano más adelante, veremos cómo este esfuerzo por evitar el dolor produce una disfunción en nuestros campos, lo que provoca a su vez la enfermedad en nuestro cuerpo. Nuestras pautas de defensa habituales pueden verse en nuestros campos de energía como un sistema de defensa energético. Nuestro sistema de defensa energético es la configuración habitual de distorsión en nuestros campos, en la que nos refugiamos cada vez más. Está en correlación con la propia máscara.

Cuanto más logramos contener el dolor y la ira en el interior mediante este sistema de defensa, más se mantienen también nuestros sentimientos positivos en el interior. Entonces nos aburrimos. La vida ya no es como esperábamos; se vuelve mundana y aburrida. Eros muere. Quedamos atrapados en círculos viciosos habituales y somos incapaces de propiciar lo que ansiamos en la vida. Esto también pasa factura a nuestro cuerpo. Empezamos a perder la fe en la vida.

Mediante nuestro proceso habitual de encerrar el dolor, habitualmente encerramos también nuestro núcleo más profundo. Hemos olvidado su sensación. Hemos olvidado nuestra esencia. Hemos olvidado quién somos. Hemos perdido contacto con nuestras energías esenciales con las cuales creamos nuestra vida. Es como si esperásemos que nosotros creáramos nuestra vida tal y como deseamos que sea, cuando no sabemos quiénes son esos «nosotros».

El camino de vuelta a la herida original

La única forma de recordar quiénes somos, de crear nuestra vida tal y como queremos que sea, de inducir la salud y sentirnos seguros, consiste en volver a conectarse plenamente con el propio núcleo. Sólo hay una manera de lograrlo. Localizamos y observamos nuestras imágenes y liberamos los conglomerados de tiempo psíquico congelados que van asociados a ellas, para poder acceder a la fuente de todas las imágenes, que no es otra que la herida original. Debemos descubrir nuestra herida original. Esto implica revisar nuestro sistema de defensa y limpiar los sentimientos negativos y todas las capas de dolor imaginario que envuelven la herida original. Una vez que lleguemos a ésta, todos los aspectos de la vida son distintos, y nos curamos a nosotros mismos y nuestra vida. Éste es el proceso de transformación.

Existen muchas técnicas para encontrar la herida original. La regresión mediante el uso de la autosugestión o de posturas corporales son dos de ellas. Ambas se enseñan en las clases que integran el programa de formación de la Barbara Brennan School of Healing. Utilizando estas técnicas, podemos ayudar a los alumnos a acceder a sus heridas originales.

En un ejercicio grupal concreto, los alumnos se despojan de sus defensas adoptando la postura corporal que expresa lo que creen que es su herida. Para saber la postura correspondiente a su herida, sólo tienen que centrar su atención en los principales aspectos emocionales y en el dolor que experimentan ahora en la vida y dejar que su cuerpo reaccione a ellos- Esta técnica da resultado porque el dolor está conectado mediante la energía similar presente en el conglomerado de tiempo psíquico congelado.

Intensificando la reacción de su cuerpo y manteniendo la atención concentrada en su interior, los alumnos exteriorizan su dolor, que se vuelve progresivamente más nítido. El resultado es siempre una sala llena de personas muy vulnerables en su dolor. Sus posturas retorcidas y deformadas manifiestan claramente su dolor. A veces, esas personas se mantienen de pie sobre una sola pierna, con la otra pierna y ambos brazos flexionados hacia delante. Muchos presentan la cabeza gacha, mientras que otros permanecen en el suelo acurrucados como niños pequeños.

En este ejercicio se observa con claridad que el dolor que envuelve los aspectos de la vida presente es, de hecho, el mismo que se experimentó en las primeras fases de la vida. A medida que se exterioriza el dolor actual, también se libera el dolor del pasado. Para conseguirlo, los alumnos siguen adoptando posturas mien-

tras conservan la intención de concentrarse constantemente hacia dentro y atrás en el tiempo, hacia la herida original.

Retroceden automáticamente, capa por capa, a través del dolor asociado a la imagen que envuelve la herida. Aun cuando ese dolor sea intenso y amenazador, es en buena parte ilusorio, porque se basa en la ilusión contenida en la imagen. Para entender lo que yo llamo «dolor ilusorio», retomemos el ejemplo de Joe a sus diez años de edad, que queda abrumado al ver que su madre se marcha para pasar una semana de vacaciones. Así es como él se siente, pero en realidad no es la situación en sí lo que le abruma.

Mientras siguen atravesando el dolor ilusorio que está coagulado en torno a la herida original, los alumnos terminan por acceder a ésta. A medida que se aproximan a ella, se sorprenden de que su dolor disminuya.

Una vez que han alcanzado su herida original, les pedimos que mantengan su postura mientras se acercan a otra persona, con el fin de establecer contacto con otro ser humano herido. Esto induce siempre un gran respeto en la sala. Todo el mundo está herido. Todo el mundo es igual. El contacto con los demás genera una gran cantidad de amor en la sala.

En cuanto se completa el ejercicio y llega el momento de compartir, se realizan interesantes descubrimientos. Los alumnos suelen sorprenderse al ver que su herida no es lo que esperaban. Comprueban que la mayor parte de su dolor no procede de la herida original, sino de la defensa de ella. Muy pronto en su vida, empezaron a defenderse de lo que creían que la vida les aportaría en función de su temprana imagen conclusiva. Cada vez que se defendían de esa imagen conclusiva, añadían más energía a su conglomerado de tiempo psíquico congelado. Cada vez que esto ocurría, la ilusión del dolor aumentaba hasta que perdían la noción de lo que era realmente el dolor. Lo único que quedaba era un dolor desconocido y aterrador que resultaba insoportable.

La parte más profunda de este ejercicio, según los alumnos, consiste en ver cuánto tiempo y cuánta energía gastamos a lo largo de la vida para defender nuestra herida original. El dolor más intenso es la autotraición. Al realizar este ejercicio, los alumnos pueden experimentar su temprana decisión de no actuar sobre la realidad de quien son, de no reconocer y vivir según su verdadera esencia. Se dan cuenta de que han tomado esa decisión una y otra vez a lo largo de su vida, hasta convertirse en un hábito inconsciente. Se trata de una parte constante de su sistema de defensa.

Esta experiencia les otorga una gran libertad y una perspectiva de la vida completamente distinta. La vida se convierte en un desafio constante a vivir según la verdad sin traicionarse uno mismo. El máximo desafio en la vida consiste en permanecer conectado al núcleo del propio ser y a expresarlo, sean cuales fueren las circunstancias en las que nos encontremos.

Este dolor no afecta tan sólo a unos pocos; existe en toda la humanidad en distintos grados. Algunas personas son más conscientes de su dolor que otras.

La condición humana: vivir en dualismo

Todos los días expresamos nuestro núcleo hasta cierto punto. El grado de nuestra expresión es directamente proporcional a la firmeza y claridad con que estamos conectados a nuestro núcleo y permitimos que esa esencia interna se exteriorice. Los aspectos de nuestra vida que emanan con fluidez, sin problemas, y nos satisfacen plenamente son los que están directamente conectados a nuestro núcleo. Las energías que surgen sin inhibición directamente del núcleo dan lugar a grandes obras humanas y a vidas humanas ejemplares. Las energías que proceden sin inhibición directamente del núcleo originan una salud excelente. Son la expresión de nuestro ser superior, esa parte de nosotros con la que nacemos y que nunca pierde su conexión con el núcleo.

Por lo general, nos mostramos muy reservados respecto a esta parte de nuestro ser. La mayor parte del tiempo no demostramos cuánto nos preocupamos, cuánto amamos y cuánto anhelamos en la vida. Lo ocultamos, lo matizamos, lo modulamos a un grado «moderado» de expresión (de acuerdo con las voces paternas internalizadas) y nos contentamos con menos. Esto es una conducta «apropiada», o así lo creemos.

A veces, cuando no estamos alerta, nos dejamos ir, ¡y allá va la fuerza creativa! Un acto repentino de generosidad o una expresión de amor o amistad que se produce antes de que nos demos cuenta es una expresión de esa esencia interna. Tiene lugar un momento de conexión íntima, y se libera amor.

Entonces, al no ser capaces de tolerar la luz y el amor, nos intimidamos y nos apartamos de ellos. Sólo se requieren unos segundos para dejarse atenazar por la turbación y cerrarse un poco. Aparentemente de la nada surge un miedo repentino que dice: «Oh, quizá me he equivocado». Es la voz paterna la que habla, sustituyendo el núcleo. Debajo de ella subyace la defensa. En realidad quiere decir: «Si no detienes este flujo de energía, probablemente lo sentirás todo, incluido el dolor que te estoy ocultando». De modo que detenemos el flujo de fuerza vital, lo contenemos y lo racionamos. Regresamos al nivel «normal» de «seguridad» en el que no causaremos perturbaciones, por lo menos a nosotros mismos.

Así es la condición humana. Vivimos en un dualismo de opciones, sean cuales fueren las circunstancias de la vida. Optamos a cada momento por decir sí a una indefensión equilibrada, poderosa y segura que aporta la experiencia plena de la vida, u optamos por decir no. Con este no, nos defendemos de la experiencia equilibrada de la vida y reprimimos nuestra vitalidad.

La mayoría de nosotros prefiere eliminar una parte de su vitalidad la mayor parte del tiempo. ¿Por qué? Porque, inconscientemente, sabemos que el hecho de liberar el flujo de fuerza vital sacará a la luz el viejo dolor, al que tememos. No sabemos cómo manejarlo. De modo que renunciamos a la defensa y regresamos a las viejas definiciones enmascaradas, y aparentemente adecuadas, de quien somos. Las voces paternas in-

ternalizadas de la máscara se dejan oír más fuerte, y seguimos alejándonos: «¿Quién creías que eras? ¿Dios? ¿De verdad crees que puedes cambiar las cosas? ¡Vamos, sé realista! Las personas no cambian. Confórmate con lo que tienes. Eres un ambicioso, nunca aprecias lo que tienes». O bien: «Si tus padres te hubieran tratado mejor... Si tu marido no te hubiera hecho eso... Si hubieras nacido más agraciada...». Etcétera. La máscara puede hablar de mil maneras distintas para lograr que usted ocupe el sitio que le corresponde. Hasta cierto punto, le evita experimentar su dolor. Pero, a largo plazo, ocasiona más dolor y más tarde la enfermedad.

Las enfermedades se derivan de ocultar y desconectar una parte de nosotros del núcleo de nuestro ser. Cuando desconectamos, olvidamos quiénes somos y vivimos la vida en función de ese olvido, es decir, según nuestra máscara, nuestro ser inferior y nuestro sistema de defensa. La curación consiste en recordar quiénes somos realmente. Consiste en volver a conectarnos al núcleo en los aspectos de la psique de los que nos habíamos desconectado, y vivir en consecuencia.

En el grado exacto en que suprimimos las energías positivas, suprimimos también nuestra creatividad y la capacidad de llevar una vida saludable o de curarnos a nosotros mismos.

Es responsabilidad de cada uno de nosotros volver a conectarnos a nuestro núcleo y sanarnos.

La intención espiritual de la herida original

Podríamos preguntarnos cuál es la causa o el objetivo de la herida original. La herida original es creada por la desaparición de la conexión entre el recién nacido y su sabiduría espiritual profundamente arraigada en su núcleo. ¿Por qué ocurre esto, desde la perspectiva evolutiva de la humanidad? La respuesta reside en la diferencia entre la conexión con el núcleo en las primeras fases de vida y la conexión adquirida mediante la experiencia vital. La vinculación inicial con el núcleo es inconsciente. Las conexiones con el núcleo que se establecen durante el proceso de la vida son conscientes. La vinculación de los adultos con su núcleo, que se consigue a través de la experiencia vital, da lugar a una percepción consciente de su divinidad interna. Los adultos toman conciencia de que son una chispa de luz divina en el universo. Son puntos de divinidad localizada. Este proceso evolutivo genera una mayor percepción consciente en nuestra especie. Descubrimos que somos co-creadores del universo. El objetivo de la encarnación es la creación de la conciencia del propio ser como co-creador divino del universo.

Seguir nuestros anhelos nos lleva a nuestra tarea en la vida

Cada uno de nosotros aspira a ser, comprender y expresar la propia esencia. Este anhelo es la luz interna que nos conduce por el camino evolutivo. Llevado a un nivel personal, esto significa que cada uno de nosotros nace con una tarea evolutiva de volver a conectarse con el núcleo de su ser. Para conseguirlo, debemos eliminar las barreras que se interponen entre nuestra conciencia y nuestro núcleo. Esto se conoce como la tarea personal en la vida. Cuando la cumplimos, la liberación de las energías creativas nos aporta dones del núcleo que primero recibimos y luego compartimos con el mundo. Los dones que entregamos al mundo propician la realización de nuestra tarea vital en el mundo. Este cometido mundano se revela tan sólo cuando liberamos las energías creativas encerradas en nuestro núcleo. Así, podemos cumplir lo que deseamos hacer en el mundo con sólo ocuparnos de nuestro proceso de transformación personal.

Todos somos sanadores heridos

Todos somos sanadores heridos. Todos somos muy reacios a volvernos *indefensos,* a quitarnos el velo y a mostrar lo que tenemos dentro, ya sea positivo o negativo. Vacilamos en revelar el dolor o la herida que cada cual soporta a su modo. Nos resguardamos en la vergüenza. Creemos que somos los únicos, o que nuestro dolor es más despreciable que el de cualquier otra persona. Es muy problemático para nosotros, a menos que nos sintamos muy seguros. Esta es la condición humana. A todos nos llevará algún tiempo descubrirnos. Y requerirá mucho amor. Concedámonos mutuamente mucho espacio, tiempo y afecto. Es mediante esa herida que todos aprendemos a amar. Esa herida interna que todos tenemos es nuestro mejor maestro. Identifiquemos quiénes somos realmente por dentro. Somos nuestra hermosa esencia interior, pese a las capas de dolor y odio que nos envuelven. Cada cual es un individuo único, y es maravilloso que sea así. Hagámonos sanadores heridos, ayudándonos mutuamente a compartir la verdad de nuestro ser interno.

Podemos hallarnos dentro de un universo benigno, abundante y favorecedor de la vida que es sagrado. Vivimos en brazos del universo. Estamos rodeados de un campo curativo universal que contiene y sostiene la vida. Podemos estirar el brazo y tocarlo. Podemos alimentarnos, y de hecho lo hacemos siempre, de él. Pertenecemos a él, y él nos pertenece a nosotros. El misterio divino de la vida reside en nosotros, y nos envuelve por entero.

Usted es su propio sanador

Es usted, y sólo usted, quien se sanará a sí mismo. Es perfectamente capaz de ello. El proceso de curar una enfermedad personal es, de hecho, un acto de habilitación personal. Es un viaje personal, una travesía diseñada por usted como una de las mayores herramientas de aprendizaje que pueda encontrar jamás. Su viaje

curativo incluirá, por supuesto, una consideración y utilización de las mejores herramientas que la medicina moderna puede ofrecerle, así como las mejores herramientas que la medicina holista puede brindarle.

Desde una perspectiva más profunda, la enfermedad es provocada por un anhelo insatisfecho. Cuanto más grave sea la enfermedad, más intenso es el anhelo. Es un mensaje de que de algún modo, en alguna parte, usted ha olvidado quién es y cuál es su objetivo. Ha olvidado y se ha desconectado del objetivo de la energía creativa presente en su núcleo. Su enfermedad es el síntoma de ello: la enfermedad representa su anhelo insatisfecho. Así pues, por encima de todo, utilice su enfermedad para sentirse libre de hacer lo que siempre ha deseado hacer, de ser quien siempre ha querido ser, de manifestar y expresar quien ya es a partir de su realidad más profunda, más amplia y más elevada.

Si de veras ha descubierto que está enfermo, prepárese para el cambio, confíe en que su anhelo más intenso saldrá a la superficie para acometer su realización. Prepárese para dejar de correr y volverse para enfrentarse a la fiera que lleva dentro, sea lo que fuere lo que esto significa para usted personalmente. Sugiero que la mejor forma de empezar a averiguar el significado de su enfermedad consiste en preguntarse:

«¿Qué es lo que he anhelado y todavía no he conseguido realizar en mi vida?».

Le sugiero que encuentre, tarde o temprano, un vínculo entre ese anhelo insatisfecho y su enfermedad. Es dentro de este marco fundamental de salud y curación donde podrá restablecer su salud. Me refiero no sólo a la salud de su cuerpo físico, porque de hecho eso es secundario, sino a la salud del espíritu, la salud del alma. Es en esta estructura o metáfora de la vida donde se pueden resolver todos los problemas de la vida y de salud. Porque la vida en lo físico tiene que vivirse en el amor, debe consistir en desarrollar nuestras facultades más elevadas y unirnos con lo divino. Sean cuales fueren las circunstancias de su vida presente, la vida consiste en esto. Sea cual fuere el dolor, el problema o la enfermedad, es un maestro. Es un maestro de amor y un maestro que le recuerda que es usted divino. Éste es el proceso de su *proyección de luz.*

Capítulo 2
LAS CUATRO DIMENSIONES DE LA ENERGÍA CURATIVA

El comprender la naturaleza de sus energías creativas, qué hacen y cómo funcionan, le ayuda a liberar sus energías creativas para conservar la salud, sanar o crear algo nuevo en su vida. También es importante entender la relación entre sus energías creativas y el flujo y reflujo natural del proceso creativo universal en su interior. Los campos de energía vital son el vehículo del proceso creativo. Es a través de los campos de energía vital como se crean las situaciones, los eventos y las experiencias de su vida, así como su mundo material.

Las fuerzas creativas tienen varias dimensiones. Nuestro lenguaje es demasiado limitado para describir adecuadamente las diferencias entre esas dimensiones, que se experimentan personalmente a medida que usted discurre por el proceso creativo. A falta de otros mejores, yo utilizaré los términos *energía y dimensión,* en un sentido no científico, para explicarlas. Cuantos más individuos tomen conciencia de estas experiencias creativas, tengo la seguridad de que incorporaremos las palabras necesarias para comunicarnos mejor acerca de ellas.

Desde mi punto de vista, hay por lo menos cuatro dimensiones en cada ser humano. Cada uno de esos niveles puede percibirse mediante la EPS y puede ser manipulado directamente por un sanador experimentado con fines curativos. La figura 2-1 muestra esas cuatro dimensiones de nuestra humanidad: el nivel fisico, el nivel aural, el nivel del hara y el nivel de la estrella del núcleo.

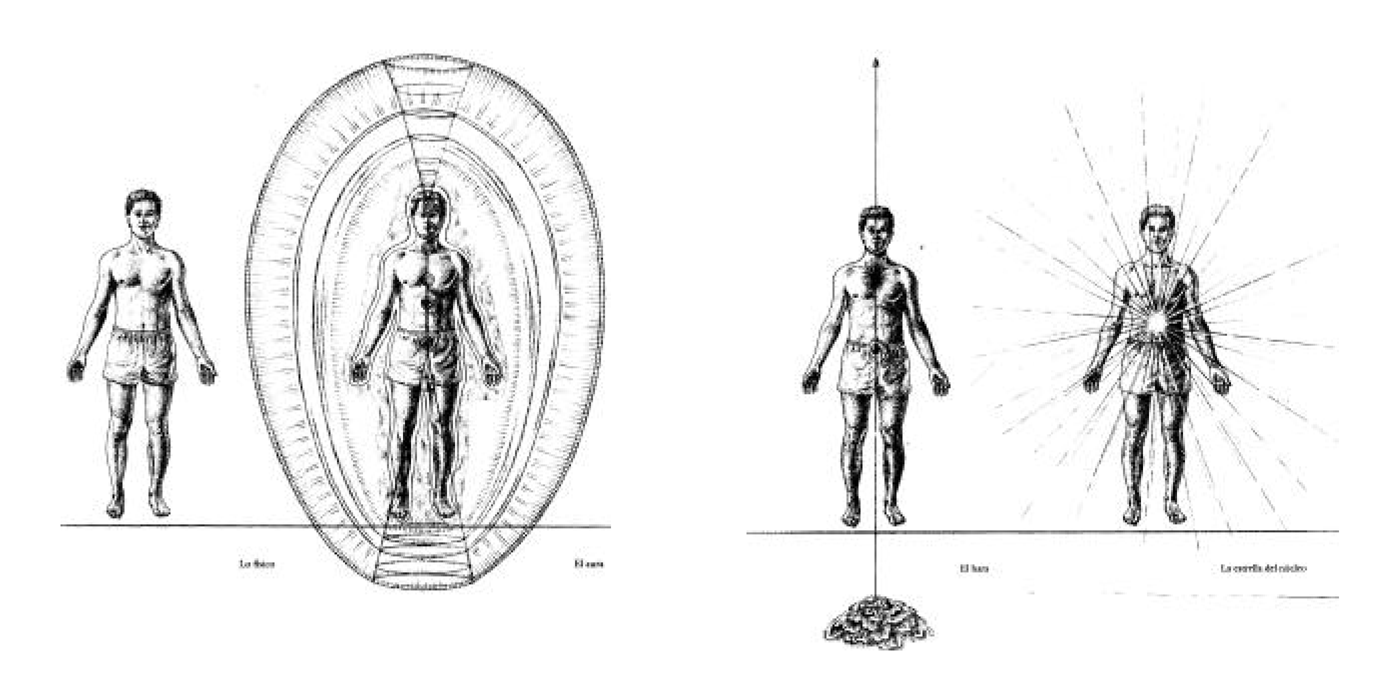
La primera dimensión es el conocido *mundo físico.* Nuestro mundo fisico se mantiene intacto merced a los mundos subyacentes de energía y conciencia.

Directamente bajo el mundo fisico está la dimensión de los campos de energía universal o vital, en los que reside el *aura o campo energético humano.* Este nivel es la estructura o el entramado sobre el que se sustenta el mundo fisico. Todo lo creado en el mundo fisico debe existir antes, o ser creado, en el mundo de la energía vital. Cada forma existente debe formarse primero en los niveles estructurados de los campos de energía. Esta dimensión contiene asimismo las energías de nuestra personalidad. Cada sentimiento que poseemos existe en el nivel de los campos de energía vital. El cuerpo fisico expresa los niveles variables del-campo en manifestaciones tales como sonrisas afectuosas, muecas de desaprobación, el modo de andar, de sentarse, de estar de pie...

Bajo el campo energético humano yace el *nivel del hara,* en el que almacenamos nuestras intenciones. Éstas tienen una importancia enorme en el proceso creativo. Cuando poseemos intenciones inconscientes, mixtas u opuestas, luchamos contra nosotros mismos e interrumpimos el proceso creativo. Cuando aprendemos a alinear nuestras intenciones no sólo con nosotros, sino también con el grupo próximo de personas con las que trabajamos, alineamos las intenciones de nuestro grupo próximo con las del grupo más amplio al que sirve y así sucesivamente, sacando partido a unas aptitudes creativas enormes.

Debajo del nivel del hara está la dimensión del núcleo central de nuestro ser, o lo que yo llamo el nivel de la *estrella del núcleo.* Éste es el nivel de nuestra fuente interna, o de la divinidad localizada dentro de nosotros. Es de esta fuente interior de donde mana toda la creatividad.

Figura 2-1: Las cuatro dimensiones del género humano
(De izq. a derecha: Lo físico – El aura – El hara – La estrella del núcleo)



Todo el proceso creativo natural requiere la salida de energías y conciencia de la estrella del núcleo hacia esas cuatro dimensiones. Un cambio permanente en cualquier dimensión exige un cambio en su base, que reside en la dimensión inmediatamente inferior. En consecuencia, desde la perspectiva de la curación, si deseamos pasar nuestro cuerpo o cualquier parte del mismo, como por ejemplo un órgano, desde un estado insano a un estado sano, debemos trabajar con las energías subyacentes que constituyen los cimientos del cuerpo. Debemos trabajar con cada una de las cuatro dimensiones. Para efectuar ese trabajo, antes tendremos que explorar cada una de las cuatro dimensiones. Empezaremos por el nivel aural, el campo energético humano.

Este campo de energía vital ha sido explorado, investigado y utilizado con fines diversos a lo largo de la historia. Esta exploración comenzó mucho antes de que aprendiéramos el método científico, y ha continuado desde entonces.

La figura 2-2 enumera las referencias históricas de un campo de energía universal que se remontan al año 5000 a. de C. La figura 2-3 es una relación de observadores del campo energético humano del siglo xx, los nombres que han empleado para referirse al campo de energía vital, las cualidades que le han atribuido, y cómo lo han utilizado.

Figura 2-2: Referencias históricas a un campo energético universal

Época	Lugar	Nombres de la energía	Propiedades descubiertas
5000 a. de C.	India	Prana	La fuente básica de toda vida
3000 a. de C.	China	Ch'i	Presente en toda la materia
		Yin y yang	Compuesta de 2 fuerzas polares, equilibrio de 2 fuerzas polares = salud
500 a. de C.	Grecia	Energía vital	Percibida como un cuerpo luminoso que podía hacer curas
Siglo XVI	Europa: Paracelso	Illiaster	Fuerza vital y materia vital; curación; trabajo espiritual
Siglo XIX	Anton Mesmer	Flujo magnético	Podía cargar objetos animados e inanimados; hipnosis; influencia a distancia
	Wilhelm von Leibniz	Elementos esenciales	Centros de fuerza que contienen su propia fuente de movimiento
	Wilhelm von Reichenbach	Fuerza ódica	Comparación con el campo electromagnético

Los científicos de hoy en día llaman a los campos de energía medible asociados a sistemas biológicos «campos bioenergéticos». Por otro lado, los términos *«aura»* y *«campo energético* humano» son utilizados por los sanadores para designar esos campos energéticos humanos. Es importante efectuar aquí una distinción, por cuanto se han medido los campos bioenergéticos en laboratorios, mientras que el aura o campos energéticos humanos se conocen a partir de las observaciones personales y clínicas de personas que recurrieron a la elevada percepción sensorial. En el primer caso, la información medida está limitada por el estado del instrumental, mientras que en el segundo, la información medida está limitada por la claridad y coherencia del observador con la EPS. En mi opinión, las mediciones del campo bioenergético mantienen una intensa correlación con las observaciones de la EPS. Se han efectuado algunos experimentos que los relacionan claramente. También los estudiaremos en este capítulo, pero antes debemos contemplar la perspectiva científica.

El mundo fisico y su campo bioenergético

Los campos de energía asociados al cuerpo humano han sido medidos con aparatos como el electroencefalógrafo (EEG), electrocardiógrafo (ECG) o el instrumento de interferencia cuántica superconductora (o SQUID, un magnetómetro de alta sensibilidad). Múltiples estudios han demostrado que una disfunción o anomalía en el campo bioenergético deja un espacio para que la infección entre en el cuerpo. Así, por ejemplo, el doctor Harold Burr, de la Universidad de Yale, observó que midiendo el campo energético (que llamó «campo vital») de una semilla podía averiguar lo fuerte que sería esa planta. Comprobó que un punto débil en el campo vital de un ser vivo precede una enfermedad.

Otros investigadores como el doctor Robert Becker, un cirujano ortopedista de Nueva York, han medido modelos de corrientes eléctricas directas que recorren el cuerpo. El campo bioenergético está directamente relacionado con el funcionamiento del cuerpo fisico. El doctor Becker demostró que las formas e intensidades modelo del complejo campo eléctrico del cuerpo varían en función de los cambios fisiológicos y psicológicos.

El doctor Hiroshi Motoyama, de Tokio, fundador de la Asociación Internacional de Religión y Parapsicología, ha medido eléctricamente el estado de los meridianos de acupuntura. Emplea los resultados para diagnosticar los tratamientos de acupuntura. El doctor Victor Inyushin, de la Universidad de Kazajstán, es uno de los muchos científicos de aquel centro que han medido durante años el campo energético mediante instrumentos fotosensibles. Es capaz de mostrar el estado de los puntos de acupuntura a través de una fotografía de descarga coronal. Esta fotografía usa una frecuencia muy elevada, alto voltaje y baja corriente que se inducen en el sujeto. La alta frecuencia no causa ningún daño al paciente, por cuanto la corriente es baja y las altas frecuencias sólo se transmiten por la piel del sujeto.

Se han realizado algunos experimentos para demostrar las correlaciones entre el «biocampo» medido y el «campo energético humano» percibido. Los mejores que conozco son los efectuados por la doctora Valerie Hunt, de la Universidad de UCLA, y por el doctor Andria Puharich en su laboratorio privado. Los resultados de los experimentos de la doctora Hunt muestran correlaciones directas entre los modelos de frecuencia y onda de las corrientes eléctricas alternas medidas en la superficie del cuerpo y los colores específicos percibidos por un lector del «aura». La doctora Hunt ha realizado las mismas mediciones con doce lectores aurales distintos que usaron la EPS. En cada caso, descubrió una configuración de forma de onda y de frecuencia específicas para cada lectura de color. El doctor Puharich pudo medir coherentemente una vibración magnética de 8 Hz (ocho ciclos por segundo) procedente de las manos de sanadores. Comprobó que los sanadores que generan una señal más intensa producen unos efectos de curación mayores.

El doctor Robert Beck, fisico nuclear, viajó por el mundo midiendo las ondas cerebrales de sanadores. Descubrió que todos los sanadores presentan la misma configuración de ondas cerebrales de 7,8-8 Hz durante los períodos en que proporcionan curación, con independencia de cuáles fueran sus costumbres y de lo opuestas que fueran sus respectivas costumbres entre sí. Beck experimentó con sanadores carismáticos católicos, kahunas hawaianos, practicantes de wicca, santería y radiestesia, además de videntes, lectores con EPS y médiums. Todos dieron idénticos resultados.

Luego trató de averiguar el son al que bailaban. Y el porqué. Encontró la respuesta en las fluctuaciones del campo magnético terrestre, que fluctúa entre 7,8 y 8 Hz. Estas fluctuaciones reciben el nombre de ondas Schumann. A partir de nuevas investigaciones, comprobó que durante los períodos de curación, las ondas cerebrales del sanador se sincronizaban tanto en su frecuencia como en su tase con las ondas Schumann. Esto implica que las ondas cerebrales del sanador oscilan no sólo a la misma frecuencia, sino también al mismo tiempo que las ondas Schumann terrestres. Se podría asumir que los sanadores son capaces de tomar energía del campo magnético de la tierra para curar a sus pacientes. Este proceso se llama «conexión de campo».

El doctor John Zimmerman, fundador y presidente del Bio-Electro-Magnetics Institute de Reno, Nevada, ha estudiado extensamente la literatura de múltiples trabajos sobre la conexión de campo y la ha relacionado con las experiencias de los sanadores. Es obvio que lo que los sanadores llaman «conexión con la tierra» es el acto de conectarse con el campo magnético terrestre, tanto en frecuencia como en fase. El doctor Zimmerman ha observado que, en cuanto los sanadores se han conectado con las ondas Schumann, los hemisferios derecho e izquierdo de su cerebro se equilibran entre sí y presentan un ritmo alfa de 7,8-8 Hz. Después de vincularse con el paciente durante algún tiempo de imposición de las manos, se ha comprobado que las ondas cerebrales de los pacientes asumen también el ritmo alfa y se sincronizan en fase con las del sanador, además de

equilibrar los hemisferios derecho e izquierdo. El sanador, en efecto, ha conectado a su cliente con las vibraciones del campo magnético terrestre, y ha explotado, por tanto, una fabulosa fuente de energía para la curación.

Figura 2-3: Observadores del campo energético humano del siglo XX

Fecha	Persona	Observado	Propiedades descubiertas
1911	Walter Kilner	Aura Atmósfera humana	Utilizó pantallas y filtros de colores para ver 3 capas del aura; relacionó la configuración aural con la enfermedad
1940	Geroge De La Warr	Emanaciones	Desarrolló instrumentos electrónicos para detectar las radiaciones de tejidos vivos; lo usó para diagnósticos y curación a distancia
1930-1950	Wilhelm Reich	Orgón	Desarrolló un modo de psicoterapia usando la energía orgón en el cuerpo humano; estudió la energía en la naturaleza y construyó instrumentos para detectar y acumular orgón
1930-1960	Harold Burr y F.S.C. Northrup	Campo vital (CV)	El CV dirige la organización de un organismo; desarrollaron la diea de los ritmos circadianos
Años 1950	L. J. Ravitz	Campo de pensamiento (CP)	El CP interfería con el CV para producir síntomas psicosomáticos
1970-1989	Robert Becker	Campo electromagnético	Midió sistemas de control de corriente directa en el cuerpo humano; relacionó los resultados con la salud y la enfermedad; desarrolló métodos para mejorar el crecimiento óseo con corriente eléctrica
Años 1970-1980	John Pierrakos, Richard Dobrin y Barbara Brennan	CEH	Relacionaron las observaciones clínicas del campo energético con la respuesta emocional; las mediciones con cámara oscura de un nivel de luz bajo tenían correlación con la presencia humana
Años 1970	David Frost Barbara Brennan y Karen Getla	CEH	Flexión láser con CEH
1970-1990	Hiroshi Motoyama	Ch'i	Midió eléctricamente los meridianos de acupuntura; lo utilizó para el tratamiento y diagnóstico de enfermedades
1970-1990	Victor Inyushin	Bioplasma	El CEH tiene un bioplasma compuesto de iones libres; quinto estado de la materia; equilibrio de iones positivos e iones negativos = salud
1970-1990	Valerie Hunt	Biocampo	Midió electrónicamente la frecuencia y situación del biocampo en sujetos humanos; relacionó los resultados con los lectores de aura
1960-1990	Andria Puharich	Campo de aumento de vida	Midió campos magnéticos alternos de aumento de la vida (8 Hz) en las manos de sanadores; observó que las frecuencias superiores o inferiores son perjudiciales para la vida
1980-1990	Robert Beck	Ondas Schumann	Relacionó las vibraciones magnétcias de los sanadores con las vibraciones del campo magnético terrestre, las ondqas Schumann
1980-1990	John Zimmerman	Ondas cerebrales	Demostró que el cerebro de los sanadores accede a una sincronización derecha/izquierda en alfa, como el de los pacientes

El campo energético humano: el vehículo que transporta su energía

Como sanadora y usuaria de la elevada percepción sensorial, he observado el campo de energía que rodea a las personas durante muchos años. Tras una serie de estudios sobre los campos energéticos de multitud de plantas, animales y seres humanos, he llegado a la conclusión de que el campo energético humano suministra una estructura matricial de energía sobre la que se desarrollan las células. Lo que quiero decir es que el campo de energía existe antes que el cuerpo fisico.

Un fenómeno que corrobora esta idea es el efecto del miembro ilusorio. Este efecto ocurre cuando las personas a las que se ha amputado algún miembro siguen notando ese miembro. Las sensaciones residuales se deben, generalmente, a la irritación de las terminaciones nerviosas que han sido cortadas. No obstante, el miembro ilusorio aún es visible en el campo aural del paciente por medio de la EPS. Puesto que las sensaciones se trasladan al campo aural, este fenómeno tiene sentido para el observador dotado de EPS.

En cierta ocasión, un amigo mío, el doctor John Pierrakos, fundador y director del Core Energetics Institute de la ciudad de Nueva York y autor del libro Core *Energetics,* trabajaba con una paciente que padecía el efecto

del miembro ilusorio. La mujer sentía que la pierna que le faltaba seguía conectada al muñón, de modo que se apoyaba en ella cada vez que se sentaba. El doctor Pierrakos podía ver el campo aural del miembro adoptar la misma posición en la que su paciente creía estar. Trabajó con su campo para enderezar la pierna energética de suerte que adoptara una posición andante normal. Esto alivió los síntomas. Posteriormente, consultó con el cirujano que había amputado la pierna. Resultó que el cirujano había fijado la pierna en esa posición para intervenirla. Creo que esta mujer sentía su campo energético.

Esto significa que la estructura energética básica del miembro seguía estando allí. Así pues, el campo existe previamente al cuerpo fisico. Se trata de una diferencia fundamental respecto a numerosos investigadores científicos, que entienden que el campo emana del cuerpo, en vez de que el cuerpo se origina a partir del campo. Si se demuestra la existencia de este último anteriormente al físico, implica que algún día podremos regenerar miembros, tal y como hacen las salamandras.

La fotografia de descarga coronal aporta nuevas pruebas que confirman mi hipótesis de que el campo es anterior al fisico. Se conoce como «efecto de la hoja ilusoria». Si se corta parte de una hoja antes de tomarle una foto, aparece la hoja entera (incluida la parte que falta) en la placa fotográfica, en un gran despliegue de color y luz. Dado que aparece la imagen de la hoja entera, se infiere que la imagen de la parte cortada de la hoja es causada por el campo de energía, que permanece intacto aun cuando ha desaparecido su aspecto fisico. De modo que el campo de energía no puede resultar de lo fisico, sino que es lo fisico lo que resulta de lo energético.

Esta conclusión hace del campo de energía un factor mucho más importante para los procesos de curación y desarrollo de lo que se sospechaba en un principio. Puesto que el cuerpo fisico procede del campo energético, un desequilibrio o una distorsión en este campo acabará provocando una enfermedad en el cuerpo fisico que gobierna. En consecuencia, las distorsiones curativas en el campo aportarán curación al cuerpo fisico. Sanar consiste en saber curar el campo reestructurándolo, equilibrándolo y cargándolo.

Además, tal y como demostré en *Manos que curan, los* eventos energéticos que ocurren en el campo aural son prioritarios y preceden siempre a un evento fisico. Lo precipitan. Esto significa que cualquier enfermedad se manifestará en el campo antes de que lo haga en el cuerpo fisico, y puede, por tanto, curarse dentro del campo antes de que sea precipitado al cuerpo fisico.

El campo aural es un salto cuántico más profundo hacia nuestra personalidad de lo que es nuestro cuerpo fisico. Es en este nivel de nuestro ser donde tienen lugar nuestros procesos psicológicos. El aura es el vehículo de todas las reacciones psicosomáticas. Desde el punto de vista de un sanador, toda enfermedad es psicosomática. Se necesita un funcionamiento equilibrado del campo aural para conservar la salud.

Sin embargo, el campo aural no es el origen del evento. Es el vehículo mediante el cual la conciencia creativa del núcleo alcanza el nivel fisico.

Todas las técnicas curativas que practico y enseño se basan en el conocimiento de la estructura y función del campo energético humano y de las configuraciones que subyacen en dimensiones más profundas. En *Manos que curan,* describí detalladamente el campo energético humano: su anatomía y fisiología, y su papel en la enfermedad y en el proceso curativo. También enseñé métodos de curación basados en él. Volveré a describir brevemente el campo energético humano y me extenderé en ciertos aspectos que sólo mencioné en ese libro.

Los siete niveles del campo energético humano

El campo energético humano se compone de siete niveles (véase la figura 2-4). Mucha gente comparte la idea equivocada de que este campo es como las capas de una cebolla. No es así. Cada nivel penetra en el cuerpo y se extiende al exterior desde la piel. Cada nivel sucesivo posee una «frecuencia más alta» o una «octava más». Cada uno se extiende desde la piel varios centímetros más lejos que el nivel de frecuencia inmediatamente inferior. Los niveles impares son campos estructurados de rayos fijos de una luz brillante. Los niveles primero, tercero, quinto y séptimo de este campo están estructurados en una forma específica. Los niveles pares -segundo, cuarto y sexto- están llenos de una sustancia/energía sin forma. El segundo nivel es como una sustancia gaseosa; el cuarto es semejante a un líquido; y el sexto es como la luz difusa que rodea la llama de una vela. Es el nivel no estructurado del campo energético lo que se ha relacionado con el plasma y el llamado bioplasma. Recuerde que éstos son términos no científicos que utilizamos aquí porque la experimentación no ha demostrado aún de qué se trata. Pero, a falta de un término mejor, emplearemos la palabra *bioplasma.* El bioplasma presente en los tres niveles no estructurados se compone de varios colores, una densidad aparente, e intensidad. Este bioplasma circula por las lineas de los niveles estructurados. Tiene una correlación directa con nuestras emociones.

La combinación de una red de luz fija con el bioplasma fluyendo a través de ella mantiene el cuerpo cohesionado en su forma, lo nutre con energía vital, y sirve como un sistema de comunicación e integración que permite al cuerpo funcionar como un solo organismo. Todos estos niveles del campo energético humano actúan holográficamente para influirse unos a otros.

Estos niveles, o cuerpos energéticos, como los llaman muchos, no pueden considerarse menos reales que nuestro cuerpo fisico. Si todos sus cuerpos energéticos son fuertes y están cargados y sanos, disfrutará de una vida plena en todas las áreas de la experiencia humana. Si su campo energético es débil en cualquier nivel, hallará dificultades para tener experiencias que estén asociadas a ese nivel, y su experiencia de la vida será limitada. Cuantos más niveles o cuerpos haya desarrollado, más plena y amplia será su experiencia vital.

Tendemos a asumir que toda la experiencia vital es la misma que la que conocemos en la dimensión fisica. Pero no es así. La vida existe en múltiples niveles vibratorios. Cada nivel es distinto según la composición de la energía-conciencia en ese nivel. Esto nos brinda una amplia variedad de experiencia vital de la que aprender. Los siete niveles del campo aural corresponden a siete niveles distintos de la experiencia vital. Cada nivel difiere en su alcance de frecuencia vibratoria, intensidad y composición de bioplasma. Cada uno, por tanto, responde a los estímulos de acuerdo con su composición.

Esto me recuerda lo excitante que era, en matemática aplicada, derivar ecuaciones de movimiento de líquidos bajo condiciones diversas. Quedé sorprendida al ver que las mismas ecuaciones eran aplicables tanto al aire en movimiento como al agua. La diferencia era que determinados factores de las ecuaciones eran más influyentes que otros cuando cambiaba el medio. Lo mismo podía decirse de las ecuaciones que describen el movimiento del aire cerca de la superficie terrestre y el movimiento del aire en alturas superiores. El movimiento del aire cerca del suelo está más influido por la fricción de los árboles y arbustos que la masa de aire más elevada. A medida que nos alejamos del suelo, es necesario disminuir el factor de fricción en la ecuación que describe el movimiento del aire. Los resultados muestran un cambio en la dirección del flujo de aire. Seguro que usted se habrá fijado en que las nubes de una determinada altura suelen desplazarse. en una dirección distinta a la de las nubes situadas más arriba. La micrometeorología describe movimientos de aire a corta distancia en unas condiciones locales restringidas que son muy distintos a los macromovimientos de aire a través de los océanos, donde interviene el desplazamiento de la Tierra mediante la fuerza de Coriolis. Y, no obstante, las mismas ecuaciones son válidas para ambos. Distintas partes de las ecuaciones resultan más influyentes en condiciones diversas.

Apliqué las mismas ideas y principios generales cuando trataba de explicar las interacciones del campo aural. La energía-conciencia del campo aural fluye de manera distinta y es influida por distintos factores de los diversos niveles del campo. Es decir, la composición de la energía-conciencia de cada uno de los niveles del campo es única, diferente a la de todos los demás niveles. Cada uno responde de forma distinta a varios factores. Otra forma de resumir lo que ocurre es decir que el bioplasma de cada nivel del campo tiene probablemente un alcance de frecuencia, una intensidad de carga y una composición propios. Así pues, es natural que responda a los estímulos en función de todo ello.

Otro tipo de estudio, utilizado tanto en las observaciones astrológicas como en las terrestres, influyó la visión que tenía del campo aural. En el terreno de la ciencia, es una práctica habitual construir instrumentos que filtran longitudes de onda extrañas y efectuar luego observaciones dentro de una estrecha banda de longitud de onda. La observación del sol mediante este procedimiento proporciona imágenes de la atmósfera solar en alturas diversas. Así es como se obtienen imágenes de las manchas solares, o de las erupciones solares, que parecen muy distintas de la energía contenida en el interior del sol o en sus capas externas, la corona. Los mismos principios pueden ser muy útiles en las observaciones del campo aural. Variando la propia EPS en función de distintos niveles aurales vibratorios, es posible definir con claridad los diversos niveles del campo aural. Una vez se han definido estos niveles con claridad, es fácil trabajar directamente con ellos.

La siguiente descripción de la configuración de los niveles del campo aural, y la experiencia vital asociada a cada uno de ellos, emanan de mi observación, estudio y experiencia durante veinte años de curación y trece años de enseñanza. La figura 2-4 muestra los siete niveles del campo energético humano o aural.

Primer nivel del campo energético humano

En este nivel, usted experimenta todas sus sensaciones fisicas, dolorosas y agradables. Existen correlatos directos entre el flujo de energía, la vibración del campo y la configuración en el primer nivel de su campo y lo que siente en su cuerpo fisico. Allí donde haya un dolor corporal, hay un correlato directo de disfunción en el primer nivel del campo aural.

Robert Becker, doctor en medicina, realizó experimentos que demostraban que un anestésico local administrado, por ejemplo, para insensibilizar un dedo con el fin de darle puntos de sutura, detiene la corriente de partículas subatómicas que circulan por los nervios sensibles del dedo. Cuando se reanuda el flujo energético, la persona puede volver a sentir. Yo he observado el mismo fenómeno en el campo aural. La insensibilidad está en correlación con la ausencia de flujo energético en las líneas del primer nivel del campo. Cuando un sanador trabaja para restablecer el flujo de energía en ese nivel, se recupera la sensibilidad.

El primer nivel del campo tiende a ser fino, delgado y de un color azul claro en las personas tranquilas y sensibles. Es grueso, espeso y de un azul grisáceo más oscuro en las personas fuertes y robustas. Cuanto más se conecte usted con su cuerpo, tenga cuidado de él y lo ejercite, más fortalecerá y desarrollará el primer nivel del campo. Los atletas y los bailarines tienden a contar con una primera capa muy desarrollada. Ésta dispone de más líneas de energía, que son más gruesas, más elásticas, de un color azul intenso, y están más cargadas.

Si su primer nivel es fuerte, tendrá un cuerpo fisico muy vigoroso y sano, y gozará de todas las sensaciones fisicas agradables que lo acompañan. Entre éstas se incluyen el placer de sentir su cuerpo, las sensaciones de vitalidad, de actividad física, contacto físico, sexo y sueño. Se incluyen los deleites del gusto, el olfato, el oído y la vista. Esto supone que usted será más propenso a seguir usando todas las funciones de su primer nivel y, en consecuencia, a mantenerlo cargado y sano. Mediante su uso, el primer nivel tiende a recargarse.

Por otra parte, si usted no se ocupa de su cuerpo, su primer nivel también se debilitará, y sus líneas se romperán, se enredarán o se descargarán. Se vuelven más delgadas y menos densas en las partes del cuerpo que están más desatendidas.

Figura 2-4: Los siete niveles del campo aural



Si su primer nivel es débil, experimentará su cuerpo fisico igualmente débil y no le será posible conectar con todos los placeres de las sensaciones asociadas al mismo. Entonces tenderá a mantenerlo débil debido a la falta de uso. Lo más probable es que se conecte con algunas líneas de energía, pero no todas. De hecho, algunas no se experimentarán con ningún tipo de placer. Usted las experimentará como algo que tendrá que soportar. Así, por ejemplo, puede que deteste cualquier tipo de actividad fisica. Tal vez le guste comer, pero no que le toquen. Quizá le guste oír música; pero no tener que comer para mantener su cuerpo.

Segundo nivel del campo energético humano

El segundo nivel va asociado a sus sentimientos o emociones sobre sí mismo. Cada movimiento de energía que se produce aquí tiene correlación con un sentimiento que usted posee sobre sí mismo. Los colores vivos de energía nebulosa se relacionan con los sentimientos positivos hacia uno mismo. Los tonos más oscuros y sucios se relacionan con los sentimientos negativos hacia uno mismo. En este nivel se pueden encontrar todos los colores. Esas nubes de energía fluyen por las líneas estructuradas del primer nivel del campo.

Si da libre curso a los sentimientos que tiene sobre sí mismo, sean negativos o positivos, el aura se mantendrá equilibrada. Y los sentimientos negativos y las energías negativas asociados a sus sentimientos se liberarán y se transformarán. Si se resiste a tener emociones sobre sí mismo, interrumpirá el flujo de energía en el segundo nivel que corresponde a esas emociones. Y su segundo nivel se estancará y provocará, con el tiempo, nubes oscuras, sucias y descargadas, de varios colores, relativas a los sentimientos que usted no experimenta hacia sí mismo.

Wilhelm Reich, doctor en medicina, llamó a la bioenergía «energía orgón». Denominó a la energía descargada que se encuentra en el campo de los niveles no estructurados «energía orgón muerta».

Las nubes oscuras y estancadas provocan un estancamiento en otras partes del cuerpo. Obstruyen el sistema y alteran el funcionamiento correcto. Este estancamiento causará, tarde o temprano, un estancamiento en los niveles primero y tercero del campo, que están adyacentes a él. La mayoría de nosotros no dejamos que fluyan todos los sentimientos hacia nosotros mismos. Como consecuencia de ello, la mayoría posee una energía estancada en el segundo nivel que interfiere en su salud en distintos grados.

Si la segunda capa es fuerte y está cargada, usted disfrutará de su relación emocional consigo mismo. Esto implica que posee muchos sentimientos hacia sí mismo, pero no son malos. Significa que usted se gusta y se quiere. Le encanta estar consigo mismo y se siente cómodo. Si sus niveles primero y segundo están carga

dos, se querrá y se sentirá a gusto consigo mismo cuando disfrute también de todos los placeres físicos que le aporte su cuerpo.

Si su segundo nivel es débil y está descargado, no tendrá muchos sentimientos havia sí mismo o no será consciente de ellos. Si su segundo nivel está cargado, pero es oscuro y está estancado, usted no se gustará, y es posible que incluso se odie. Está oprimiendo los sentimientos negativos hacia sí mismo, y podría estar deprimido por el hecho de disgustarse.

Tercer nivel del campo energético humano

El tercer nivel está relacionado con nuestro mundo mental o racional. Las líneas de la estructura de este nivel son muy delicadas, como el más fino de los velos. Las finísimas líneas de energía amarillo limón de este nivel vibran a una velocidad muy elevada. (Su intensidad, amplitud y energía fluyen por líneas de luz estables que se corresponden con nuestros procesos mentales y nuestros estados de ánimo.) Cuando este nivel está equilibrado y sano, la mente racional y la mente intuitiva trabajan en armonía como una sola, y experimentamos la lucidez, el equilibrio y una sensación de comodidad. Cuando los tres primeros niveles de nuestro campo están sincronizados, nos sentimos autoaceptados, seguros y cómodos, y tenemos una sensación de capacidad personal.

Si su tercer nivel es fuerte y está cargado, poseerá una mente sólida y lúcida que le será de gran ayuda. Llevará una vida mental activa y saludable, y sentirá interés por aprender.

Si su tercer nivel es débil y está descargado, le faltará agilidad o lucidez mental. Probablemente no se interesará demasiado por las conquistas académicas u otros objetivos intelectuales.

Cuando nuestros pensamientos son negativos, las vibraciones del campo son más lentas, y las líneas se vuelven oscuras y distorsionadas. Estas «formas de pensamiento negativo» son la forma que corresponde a nuestros procesos habituales de pensamiento negativo. Son dificiles de cambiar, porque parecen lógicas a la persona que las experimenta.

Si sus niveles primero y segundo son débiles, y el tercero es fuerte y lleno de energía, tenderá a ser una persona que vive más en la mente que en los sentimientos o el cuerpo. Estará mucho más interesado en resolver problemas razonando cosas que considerando sus sentimientos respecto a cualquier decisión. Esto limitará automáticamente su experiencia vital.

Las formas de pensamiento negativo también son forzadas a la acción por las emociones estancadas de los niveles segundo y cuarto, adyacentes a ellas. Dicho de otro modo, cuando tratamos de no sentir emociones negativas sobre nosotros mismos (segundo nivel) y/o sobre otra persona (cuarto nivel), interrumpimos el flujo energético en los niveles segundo y cuarto. Entonces el flujo de energía en el tercer nivel es distorsionado por esta «presión».

Otra manera de entender esto consiste en recordar que el estado natural de la energía es el movimiento constante. Cuando el movimiento de energía es interrumpido en los niveles segundo y cuarto para detener las emociones negativas, una parte de ese impulso se transfiere al tercer nivel. El impulso que accede al tercer nivel produce actividad mental. La actividad es distorsionada porque no es libre de moverse naturalmente y es inducida por las energías que están debajo y encima de ella.

Creo que el hábito de mantener formas de pensamiento negativo encuentra un apoyo en nuestra cultura. En nuestra sociedad, es más aceptable tener pensamientos negativos sobre las personas y hablar mal de ellas a sus espaldas que expresarles emociones negativas a la cara. No disponemos de un modelo apropiado para hurgar en nuestro interior y hallar las emociones negativas que albergamos hacia nosotros mismos. Generalmente, tenemos sentimientos negativos hacia otro porque la interacción con esa persona evoca algún tipo de sentimiento negativo hacia uno mismo.

Cuarto nivel del campo energético humano

El cuarto nivel del campo contiene todo el mundo de nuestras relaciones. Desde este nivel, interactuamos con otras personas, animales, plantas, objetos inanimados, la tierra, el sol, las estrellas y el universo como conjunto. Es el nivel de la conexión «Yo-Tú». Aquí residen todos nuestros sentimientos hacia los demás. La energía del cuarto nivel parece más densa que la del segundo, aun tratándose de un nivel vibratorio más elevado. En contraste con la energía del segundo, que se asemeja a nubes de colores, la energía del cuarto se parece más a un líquido coloreado. También contiene todos los colores.

Si el cuarto nivel es deficitario en energía, o posee lo que los sanadores llaman «energía de bajas vibraciones», esta energía se experimentará como un líquido oscuro, denso y pesado. Yo lo llamo «mucosidad aural». Actúa igual que las mucosidades que usted acumula en su cuerpo cuando contrae un resfriado. Esta mucosidad aural tiene un efecto negativo muy intenso sobre su cuerpo, provocando dolor, malestar, sensación de pesadez, agotamiento y, posteriormente, enfermedad.

La energía del cuarto nivel puede difundirse por una habitación hacia otra persona. Cuando dos personas interactúan, ya sea abiertamente o de forma encubierta, de cada una de ellas surgen grandes torrentes de biopiasma, semejante a un líquido coloreado, que tienden a tocar el campo del otro individuo. La naturaleza de la interacción corresponde a la naturaleza de la energía-conciencia de esos torrentes energéticos. Así, por ejemplo, si hay mucho amor en la interacción, habrá mucha energía de color rosa que fluye en olas suaves. Si existe envidia, la energía será oscura, de un verde grisáceo, viscosa y pegajosa. Si hay pasión, el rosa contendrá mucho anaranjado, con un efecto estimulante. Las olas serán más rápidas, con crestas más altas. Si existe odio, la energía será violenta, abrupta, incisiva, penetrante, invasora y de un rojo oscuro.

El cuarto nivel contiene todo el amor y la alegría, así como toda la lucha y el dolor, de la relación. Cuanto más interactuamos con alguien, más conexiones energéticas establecemos con esa persona.

Si usted posee un cuarto nivel fuerte, sano y cargado, tenderá a tener muchas relaciones intensas y buenas con los demás. Sus amigos y familiares constituirán una parte grande e importante de su vida. Tal vez le guste mucho alternar con la gente, y puede que se dedique a una profesión de relaciones humanas. El amor y su corazón son prioritarios en su vida.

Si su cuarto nivel es débil y está descargado, sus relaciones con otros seres humanos pueden ser menos importantes para usted. Tal vez sea un solitario. Quizá no tenga demasiadas relaciones íntimas con otras personas. Si es así, puede que tenga dificultades con ellas y considere que las relaciones le causan más problemas de los que sería de desear. Puede que se sienta abrumado por otros, porque mucha gente tendrá un cuarto nivel más fuerte que el suyo, por lo que su campo se ve literalmente dominado por la energía del cuarto nivel de esas personas.

Nacemos con unos cordones en el campo aural que nos conectan con nuestros padres y con nosotros mismos, a semejanza del cordón umbilical. Esos cordones se desarrollan, como el aura, a través de las fases del crecimiento infantil. (Véase *Manos que curan,* capítulo 8). Representan nuestras relaciones con cada progenitor. Cada uno es un modelo de cómo seguiremos creando relaciones con los hombres y mujeres de nuestra vida. Cada nueva relación da lugar a nuevos cordones. (Véase el capítulo 14, «Los tres tipos de interacciones del campo aural en las relaciones», para una descripción más detallada.)

Los tres primeros niveles del aura representan la experiencia física, emocional y mental de nuestro mundo en el cuerpo fisico. El cuarto nivel de relación representa el puente entre los mundos físico y espiritual. Los tres niveles más elevados representan nuestra experiencia fisica, emocional y mental del mundo espiritual. Son la plantilla para los tres niveles más bajos. Es decir, el séptimo nivel es la plantilla para el tercer nivel, el sexto lo es para el segundo, y el quinto nivel lo es para el primero. Cada nivel más elevado sirve de modelo para el correspondiente nivel más bajo.

Quinto nivel del campo energético humano

El quinto nivel es el nivel de la voluntad divina. Al principio resulta un poco confuso cuando se aprende a percibirlo, porque en el quinto nivel todo parece estar invertido, como un cianotipo. Lo que usted experimenta normalmente como espacio vacío es una luz azul cobalto, y lo que experimenta normalmente como objetos sólidos se compone de líneas de energía vacías o claras. Es una plantilla para el primer nivel del campo. Hay

en el quinto nivel una rendija o estría vacía en la que encaja cada línea de luz azul del primer nivel. El quinto nivel mantiene el primero en su lugar. Es como si el espacio estuviera lleno de una vida sin forma e indistinta. Para lograr que la vida adopte una forma específica, primero hay que vaciar un espacio para que lo ocupe. El quinto nivel contiene no sólo la forma para su cuerpo, sino también la forma del resto de la vida. El quinto nivel contiene el modelo evolutivo y desplegado de la vida que se manifiesta en una forma. La voluntad divina es intención divina manifestada en modelo y forma.

La experiencia personal de este nivel es la más dificil de explicar, por cuanto nuestro vocabulario carece de las palabras precisas para describirla. Esta voluntad divina existe dentro y todo alrededor de usted. Usted tiene la libre voluntad de alinearse o no con esa voluntad divina. La voluntad divina es una plantilla o un modelo para el gran plan evolutivo de la humanidad y el universo. Esta plantilla está viva, vibra y se despliega constantemente. Posee una sensación intensa, casi inexorable, de voluntad e intención. Experimentarla equivale a experimentar el orden perfecto. Es un mundo de precisión y un nivel de tonos precisos. Es el nivel de los símbolos.

Si usted está alineado con la voluntad divina, su quinto nivel será fuerte y estará lleno de energía. Su modelo encajará en el modelo universal de la voluntad divina, un modelo que también puede verse con EPS en este nivel. Usted sentirá una intensa fuerza y conexión con todo cuanto te rodea, porque estará en su lugar, con su intención, y sincronizado con todos los lugares y todas las intenciones. Si abre su visión a este nivel, observará que usted está, de hecho, co-creando esa plantilla viva y vibradora que determina el orden del mundo. Su lugar en el esquema universal de las cosas está determinado y creado por usted en un nivel más profundo de su interior: el nivel del hará. Esto se comentará con mayor lujo de detalles más adelante, en este mismo capítulo.

Si su quinto nivel es fuerte, usted será una de esas personas que comprenden y mantienen el orden en su vida. «Un sitio para cada cosa, y cada cosa en su sitio.» Su casa está limpia, usted llega siempre puntual, y realiza muy bien su trabajo, por complejo que sea. Su voluntad funciona a las mil maravillas. Está alineada con la voluntad divina, aunque no haya oído hablar nunca de ella. Usted conoce el orden como un principio universal. Puede que está conectado con el mayor objetivo o modelo de su vida.

Si, por contra, no está alineado con la voluntad divina, el modelo del campo aural de su quinto nivel estará distorsionado. No encajará en el gran modelo universal, y no se sentirá conectado con lo que le rodea. No conocerá su lugar en el esquema universal de las cosas ni su objetivo. De hecho, la idea de que exista tal cosa quizá no tiene sentido para usted. Se sentirá como si alguien se dispusiera a efectuar un viaje en su lugar para definir el sitio que le corresponde.

Por supuesto que, desde esta perspectiva, usted no se sentirá a gusto ni cómodo en su lugar. Probablemente estará intimidado por la voluntad nítida y la precisión. Probablemente negará la importancia de la nitidez, del orden o del lugar o se rebelará contra ellos. Si tiene dudas sobre su valía, puede que experimente el quinto nivel como algo impersonal y carente de amor, porque en este nivel su objetivo, no sus sentimientos, es más importante. Si alberga sentimientos negativos hacia sí mismo cuando lleve su conciencia a este nivel, puede experimentarse a sí mismo como un diente más en la gran rueda de la vida. Todo lo anterior es la experiencia humana que resulta del quinto nivel del campo aural al desalinearse y distorsionarse.

Si su quinto nivel no es fuerte, usted no será ordenado en su vida. No tiene interés en mantenerlo todo limpio y ordenado. De hecho, le sería muy dificil hacerlo. El orden puede parecer un terrible obstáculo a su libertad. De hecho, usted puede permitirse juzgar a los que mantienen el orden y decir que éste entorpece la creatividad. Es posible que usted no tenga demasiada relación con la voluntad divina o el mayor objetivo de su vida. Tal vez tenga dificultades para entender sistemas complicados o modelos globales de cosas.

Si sus niveles segundo y cuarto son débiles, y el primero, tercero y quinto son fuertes, podría perfectamente someter su libertad creativa con una forma dictatorial de orden. Ha llegado la hora de dedicar más tiempo a mejorar su vida emocional.

No obstante, si usted puede librarse de sus sentimientos negativos y vencer su resistencia a un mundo tan perfecto considerando la posibilidad de que es cocreador del mismo, habrá dado el primer paso para encontrar su objetivo y su lugar, y todo puede cambiar. Empezará a sentirse muy seguro, porque usted es parte de un gran plan divino. Usted puede experimentarse a sí mismo como una chispa de luz dentro de esa enorme red de luz viva y vibradora. Usted, de hecho, genera la red a partir de su luz, como hace todo el mundo. Si abre su EPS a este nivel, podrá sentir y ver el plan. Se experimentará a sí mismo y el mundo como una luz nítida, casi como un espacio vacío sobre un fondo azul cobalto.

La contemplación de este nivel y la meditación sobre el gran plan evolutivo contribuyen en buena medida a alinear su vida con su objetivo y a facilitar su desarrollo personal. Esto implica rendirse a quien es usted, no a lo que le parece correcto según las normas sociales. Así, usted ya no es un diente más en una rueda, sino un manantial de creatividad como no hay dos en el universo.

Sexto nivel del campo energético humano

El sexto nivel del campo se asemeja a hermosos surtidores de luz que irradia en todas direcciones, extendiéndose a unos 80 centímetros del cuerpo. Contiene todos los colores del arco iris en tonos opalescentes. No está estructurado y tiene una frecuencia muy alta.

Cuando el sexto nivel está sano, es intenso y está cargado. Los rayos de energía surgen del cuerpo en forma de bonitos rayos rectos de luz. Cuanto más intenso sea y más cargado esté este nivel, mayor conciencia

tendremos del mismo en la experiencia humana. Éste es el nivel de los sentimientos dentro del mundo de nuestro espíritu; es el nivel de nuestro amor divino. El hecho de situarse en este nivel de conciencia aporta un efecto muy calmante al cuerpo para la curación. Contiene el éxtasis que reside en nuestra espiritualidad. Se experimenta como amor, gozo, júbilo y dicha espirituales. Alcanzamos este nivel de experiencia silenciando la ruidosa mente y escuchando. Lo alcanzamos mediante la meditación, a través de una música religiosa o hermosa, el canto o el ensueño. Hay aquí grandes sensaciones de expansión que nos permiten comunicarnos en hermandad con todos los seres de los mundos espirituales de varios cielos, así como con toda la humanidad, todos los animales y las plantas de la Tierra. Aquí, cada uno es como el halo que rodea la llama de una vela. Somos rayos de luz madreperla opalescente que emanan de una luz central.

Si su sexto nivel es débil y no contiene demasiada energía, usted no tendrá muchas experiencias espirituales o inspiradoras. Puede que no sepa de qué está hablando la gente cuando lo comenta. Cuando el sexto nivel está descargado y debilitado, nos resulta muy dificil experimentar cualquier cosa en este nivel. Podemos poseer la vaga sensación de que Dios está enfermo o de que Dios/cielo/espiritualidad simplemente no parece existir. En consecuencia, a quienes lo experimentan les parece estar en un mundo fantástico de su propia creación.

Cuando este nivel está enfermo, es oscuro y tenue y está descargado, y sus rayos de luz pierden intensidad. Esto suele ser consecuencia de la falta de alimento espiritual. La desnutrición espiritual puede tener muchas causas, como por ejemplo: haber crecido en un medio carente de alimento espiritual, por lo que éste no existe; haber sufrido un trauma religioso que ha resultado en el rechazo de esa religión y de la espiritualidad que generalmente la acompaña; haber sufrido un trauma de cualquier otra naturaleza que ha inducido a la persona a rechazar a Dios y la religión. En el primer caso, el sexto nivel está simplemente descargado, y la persona no sabe que necesita nutrición espiritual. En los dos últimos casos, el sexto nivel no sólo está descargado, sino que se encuentra separado de los demás niveles del campo. Es posible apreciar un hueco entre los niveles, y los canales de comunicación normal entre los niveles están cerrados.

Si su sexto nivel es mucho más fuerte que todos los demás niveles, podría utilizar la experiencia espiritual para eludir la vida en lo fisico. Tal vez desarrolle una perspectiva infantil de la vida y espere que la vida se ocupe de usted como si sólo hubiera vivido en el mundo espiritual. Puede que aproveche estas experiencias para hacer de usted una persona especial y demostrar que es mejor que otros por el hecho de tenerlas. Esto es sólo una defensa contra el temor que siente a vivir en lo fisico. Esta defensa no funcionará mucho tiempo, y pronto sufrirá un brusco despertar que le sumirá en la desilusión. La desilusión es buena cosa; implica disolver la ilusión. En este caso, le permitirá volver a vivir en lo fisico. Usted aprenderá que el mundo fisico existe dentro del mundo espiritual, no fuera de él.

La clave para experimentar el mundo espiritual es cargar el sexto nivel del campo. Esto puede hacerse mediante una meditación muy simple, como dedicar de cinco a diez minutos, dos veces al día, a concentrarse en un objeto como una rosa, la llama de una vela o una hermosa puesta de sol. Otra manera consiste en repetir un mantra, un sonido o una serie de sonidos sin un significado aparente.

Séptimo nivel del campo energético humano

Cuando el séptimo nivel del campo energético humano está sano, se compone de bonitas líneas doradas y muy intensas de energía que centellean a una frecuencia muy alta. Estas líneas se entretejen para formar todos los componentes fisicos de su cuerpo fisico, y se extienden desde el cuerpo hasta unos 90 a 105 centímetros. A esa distancia, el séptimo nivel forma un huevo dorado que rodea y protege todo lo que hay dentro. El borde exterior de este huevo es más grueso y consistente, como la cáscara de un huevo. Regula un flujo de energía adecuado que se proyecta desde todo el aura hacia el espacio que se extiende más allá. Previene las pérdidas de energía al exterior del campo, así como la penetración de energías insanas procedentes de fuera. El séptimo nivel sirve para mantener todo el campo cohesionado. Yo estoy siempre admirada por la tremenda fuerza que existe en este nivel.

Los hilos dorados de luz del séptimo nivel existen también dentro y alrededor de todo. Esos hilos permiten tejerlo todo, ya sean las células de un órgano, un cuerpo, un grupo de personas o el mundo entero.

El séptimo nivel es el nivel de la mente divina. Cuando está sano y llevamos nuestra conciencia a este nivel, experimentamos la mente divina que hay en nuestro interior y accedemos al mundo del campo universal de la mente divina. Aquí comprendemos y sabemos que formamos parte del gran modelo de la vida. La experimentación de esta verdad del universo nos hace sentir muy seguros. Aquí conocemos la perfección dentro de nuestras imperfecciones.

En este nivel, con EPS podemos ver la red dorada de verdad entretejiéndose por el universo. Aquí, mediante la EPS, podremos llegar a comunicarnos mente a mente. En un futuro no demasiado lejano, la EPS será totalmente normal. En la actualidad, podemos a veces acceder a la mente universal para obtener más información de la que podríamos conseguir a través de lo que comúnmente se conoce como sentidos normales.

Si el séptimo cuerpo es fuerte y está cargado y sano, sus dos capacidades principales serán la de tener ideas creativas y la de entender con claridad conceptos amplios y globales sobre la existencia, el mundo y su naturaleza. Usted creará nuevas ideas, y conocerá el lugar que les corresponde en el gran modelo universal de las ideas. Sabrá cómo encaja usted en ese modelo. Poseerá un concepto claro e intenso de Dios. Podrá llegar a

ser un teólogo, un científico o un inventor. Su capacidad para tener una comprensión nítida e integrada puede llevarle a convertirse en un maestro de temas amplios y complejos.

Si la séptima capa no está lo bastante desarrollada, usted no dará con demasiadas ideas nuevas y creativas. Tampoco tendrá una buena percepción del gran modelo de la vida. No sabrá cómo encajar en él, puesto que ni siquiera tendrá conocimiento de que existe ese modelo. Tal vez experimente que nada está conectado, y que el universo es aleatorio y caótico por naturaleza.

Si el séptimo nivel de nuestro campo no está sano, las líneas doradas serán tenues y débiles. No conservarán su forma, y serán más finas en algunas partes que en otras. Incluso pueden resquebrajarse en algunos puntos, permitiendo fugas de energía al exterior del sistema. Si el séptimo nivel está enfermo, no experimentamos la mente divina ni la conexión de la verdad contenida en el campo de la mente universal. No entenderemos el concepto de la perfección dentro de nuestras imperfecciones, y éstas serán muy dificiles de tolerar. De hecho, podemos llegar a negarlas, exigiendo o esforzándonos por alcanzar una perfección a la que es imposible acceder desde la condición humana. No tendremos acceso al campo de la mente divina universal. Nos parecerá que nuestra mente trabaja aislada y tiene poco que ver con la creación.

Si su séptimo nivel es más fuerte que todos los demás, puede correr el riesgo de hacer que todas sus ideas creativas sean prácticas.

La mejor manera de reforzar el séptimo nivel del campo consiste en buscar constantemente la verdad suprema en su vida y vivir de acuerdo con ella. La mejor meditación que conozco para reforzar el séptimo nivel del campo utiliza un mantra que va repitiendo: «Estoy tranquilo y sé que soy Dios». La repetición de este mantra aporta energía al séptimo nivel y, en un momento dado, lleva al meditador a la experiencia de saber que es mente divina y Dios.

Lograr que sus ideas creativas se manifiesten en el plano fisico requiere el correcto funcionamiento de todos sus cuerpos. Esto incluye su salud. Si quiere gozar de una buena salud y una vida plena, es necesario limpiar, cargar y equilibrar todos sus cuerpos y, por tanto, todas las áreas de la experiencia humana. En definitiva, cualquier proceso curativo debe incluir una atención concentrada y la nutrición de los siete niveles de su campo.

Los chakras

Los chakras son las configuraciones existentes en la estructura del campo energético con las que trabajan los sanadores. *Chakra* es una voz sánscrita que significa «rueda». Según mi EPS, los chakras se parecen mucho a vórtices o conductos de energía. Existen en cada uno de los siete niveles del campo, y los chakras del dos al seis aparecen en la parte anterior y posterior del cuerpo. Designaremos cada Chakra por su número y una letra: A para la parte anterior del cuerpo, y B para la posterior. (Véase la figura 2-5.)

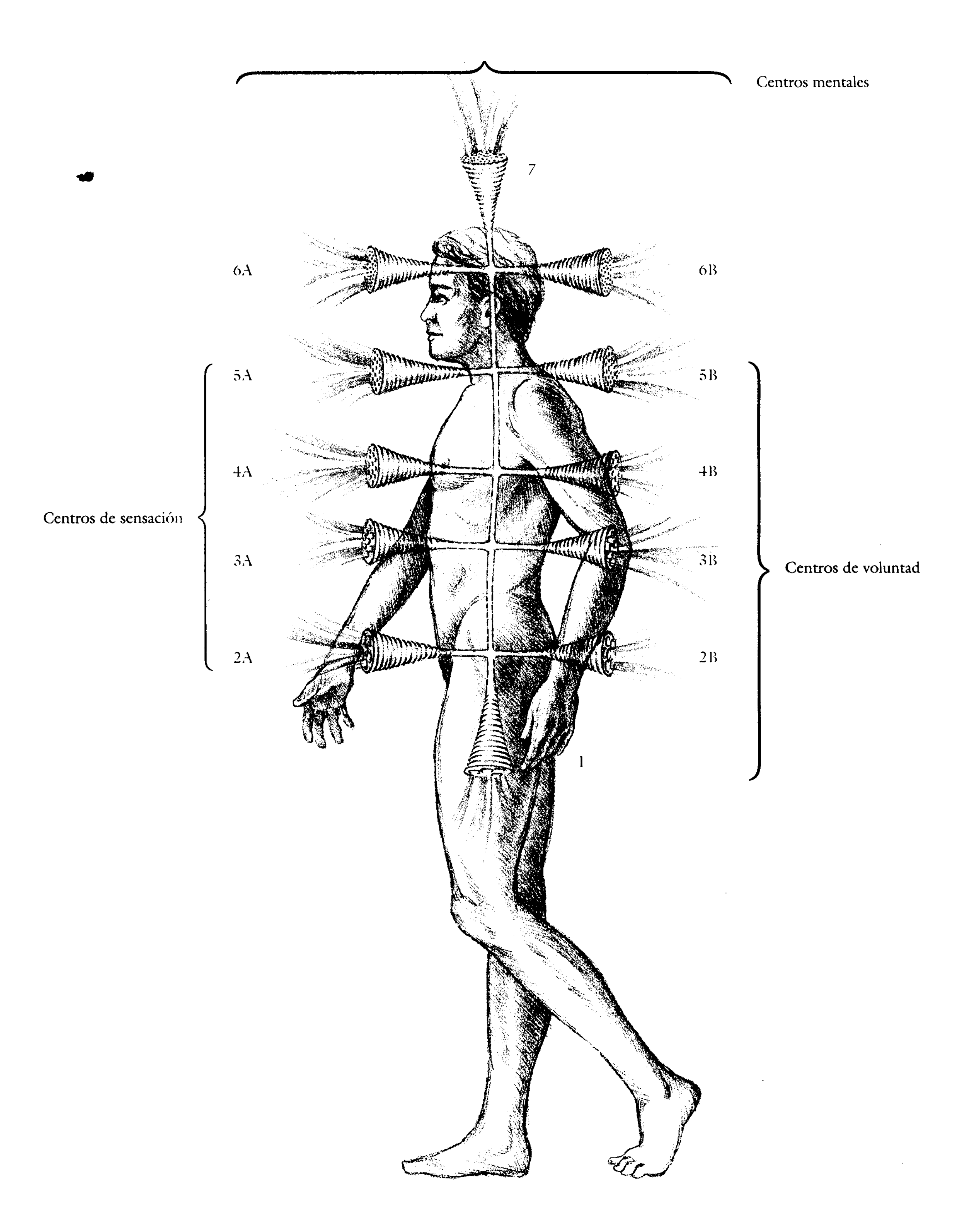
Los chakras funcionan como órganos de toma de energía del campo de energía vital universal, que también podemos llamar el campo de salud universal que nos rodea. La energía absorbida y metabolizada por medio de cada Chakra es enviada a las partes del cuerpo situadas en el área del mayor entrelazamiento nervioso más cercana a cada uno de ellos. Esta energía es muy importante para el correcto funcionamiento del campo aural y del cuerpo fisico. En la tradición oriental, esa energía recibe el nombre de *prana, o ch'i. Si* un Chakra deja de funcionar correctamente, la toma de energía se resiente. Esto implica que los órganos corporales abastecidos por ese Chakra no recibirán el suministro necesario. Si la disfunción del Chakra persiste, el funcionamiento normal de los órganos y otras partes corporales situados en esa zona concreta se verá afectado. Esa parte del cuerpo se debilitará, lo mismo que sus defensas inmunitarias, y al cabo de un tiempo se desarrollará una enfermedad en ella.

Hay siete chakras principales. Cada conducto dispone de una abertura más ancha en el exterior del cuerpo, de unos 15 cm de diámetro, a 2,5 cm del cuerpo. La extremidad estrecha se halla dentro del cuerpo, cerca de la columna vertebral. La corriente de fuerza vertical discurre por el eje central del cuerpo. Es el gran canal de energía en el que todos los chakras vierten la energía que toman de la vida universal o campo de salud que nos rodea. La energía procedente de todos los chakras sube y baja por la corriente de fuerza vertical. Cada color se entreteje con los demás, formando una especie de cuerda hecha de una hermosa luz vibradora de todos los colores. La corriente de fuerza vertical tiene 2,5 cm de anchura en la mayoría de las personas. No obstante, en los sanadores que han alcanzado un estado de conciencia elevado para curar, puede ser de hasta 15 cm de diámetro.

Los siete chakras principales se localizan cerca de los principales entrelazamientos nerviosos del cuerpo. El primer chakra está situado entre las piernas. Su extremidad más estrecha se inserta exactamente en la articulación sacroilíaca. Está vinculado a las sensaciones cinestésica (sensación de la posición corporal), propioceptiva (sensación del movimiento corporal) y táctil (tacto). Tiene relación con nuestra voluntad de vivir y suministra vitalidad física al cuerpo. Aporta energía a la columna vertebral, a las glándulas suprarrenales y a los riñones.

El segundo chakra se encuentra justo encima del hueso púbico, en la parte frontal y trasera del cuerpo. Su extremidad se aloja directamente en el centro del sacro, a través del cual sentimos emociones. Está relacionado con nuestra sensualidad y sexualidad. Aporta mucha energía a nuestros órganos sexuales y al sistema inmunitario.

Figura 2-5: Situación de los siete chakras principales



El tercer chakra se halla en la zona del plexo solar, en la parte frontal y trasera del cuerpo. Su extremidad más estrecha se inserta directamente en el eje del diafragma, entre la decimosegunda vértebra torácica (T-12) y la primera vértebra lumbar (L-1). Suministra energía a los órganos que ocupan esta zona del cuerpo: el estómago, el hígado, la vesícula biliar, el páncreas, el bazo y el sistema nervioso. Está asociado a nuestra intuición. Se relaciona con quien somos en el universo, cómo nos conectamos con los demás, y cómo nos ocupamos de nosotros mismos.

El cuarto chakra, en la zona del corazón, se relaciona con el amor y la voluntad. A través de él sentimos amor. El aspecto frontal está vinculado al amor, y el aspecto trasero lo está a la voluntad. Para mantener el correcto funcionamiento de este chakra, debemos vivir en un equilibrio entre amor y voluntad. Su extremidad más estrecha se inserta en la quinta vértebra torácica (T-5). Aporta energía al corazón, al sistema circulatorio, al timo, al nervio vago y a la región superior de la espalda.

El quinto chakra se localiza en la parte anterior y posterior de la garganta. Está asociado a los sentidos del oído, el gusto y el olfato. Su extremidad más estrecha se asienta en la tercera vértebra cervical (C-3). Suministra energía a la glándula tiroides, a los bronquios, a los pulmones y al tracto digestivo. Se relaciona con dar, recibir y expresar nuestra verdad.

El sexto chakra se halla situado en la frente y en la parte posterior de la cabeza. Su extremidad más estre

cha se inserta en el centro de la cabeza. Aporta energía a la pituitaria, a la parte inferior del cerebro, al ojo izquierdo, a los oídos, a la nariz y al sistema nervioso. Está asociado al sentido de la vista. La parte anterior del chakra se relaciona con la comprensión conceptual. La trasera está relacionada con la realización de nuestras ideas en un proceso gradual para llevarlas a efecto.

El séptimo chakra se encuentra en la parte superior de la cabeza. Su extremidad más estrecha se aloja en el centro de la parte superior de la cabeza. Suministra energía a la parte superior del cerebro y al ojo derecho. Está asociado a la experiencia del conocimiento directo. Se relaciona con la integración de la personalidad con la espiritualidad.

En general, los aspectos frontales de los chakras tienen correlación con nuestro funcionamiento emocional, los posteriores, con la función de la voluntad, y los chakras de la cabeza, con la función de la razón. Es necesario un funcionamiento equilibrado de nuestra razón, voluntad y emoción para conservar la salud. Puesto que la cantidad de energía que fluye por un chakra determinado denota hasta qué punto se utiliza ese chakra, denota asimismo hasta qué punto se utilizan la razón, la voluntad o los aspectos emocionales asociados con el chakra en cuestión. Con el fin de crear un equilibrio de la razón, la voluntad y las emociones presentes en nuestra vida, debemos equilibrar, igualar y sincronizar nuestros chakras.

En este libro describiremos cómo trabajan los sanadores con el campo energético humano durante sus sesiones curativas, y cómo puede trabajar usted con su propio campo para su autocuración. Más adelante, relacionaremos el proceso de curación personal a cada uno de los siete niveles de experiencia vital personal que se encuentran dentro de cada uno de los niveles del campo. La autocuración puede realizarse satisfaciendo las necesidades personales que van asociadas a cada tipo de experiencia vital en cada nivel. (Para más detalles sobre el aura y sus chakras, véase *Manos que curan,* segunda y tercera parte.)

El nivel del hara: el nivel de su intención, su objetivo

El nivel del hara es un salto cuántico más hacia el interior de su naturaleza y una dimensión más profunda que el aura. El nivel del hara constituye los cimientos sobre los que reposa el aura. Yo lo llamo «nivel del hara» porque es el nivel donde se encuentra el hara. Los japoneses definen el *hara* como un centro de energía alojado en el vientre inferior. Mientras que el aura se relaciona con su personalidad, el nivel del hara tiene que ver con sus intenciones. Se corresponde con su misión en la vida o con su objetivo espiritual más profundo. Es el nivel del principal objetivo de su encarnación y de su objetivo en cualquier momento. Es aquí donde usted establece y conserva su intención.

El nivel del hara es mucho más simple que el campo aural, que posee una estructura muy compleja. (Véase la figura 2-1.) Consta de tres puntos situados a lo largo de una línea semejante a un rayo láser que se halla en el eje central del cuerpo. Tiene algo menos de un centímetro de anchura y se extiende desde un punto situado un metro por encima de la cabeza hasta las profundidades de la tierra. El primer punto, situado encima de la cabeza, parece un embudo invertido. Su extremo más ancho, orientado hacia abajo, tiene algo menos de un centímetro de diámetro. Representa nuestra primera individuación respecto a la divinidad, cuando nos individualizamos por primera vez de Dios para encarnarnos. Lleva también la función de la razón. Conduce nuestra razón para encarnarnos. Es a través de este lugar que nos conectamos con nuestra realidad espiritual superior. Yo denomino este lugar «punto de individuación» o «punto ID».

Si seguimos la línea láser hacia abajo, hasta la zona superior del pecho, encontraremos el segundo punto. Es una hermosa luz difusa. Se corresponde con nuestra emoción. Aquí albergamos nuestro anhelo espiritual, el anhelo sagrado que nos conduce a través de la vida. Nos aporta la pasión de que tenemos que realizar grandes cosas en la vida. Este anhelo es muy específico de nuestra misión en la vida. Anhelamos cumplirla. Es lo que deseamos hacer más que cualquier otra cosa. Es a lo que hemos venido. Es el anhelo que cada uno de nosotros lleva dentro, lo que nos permite percibir por qué estamos aquí. Yo llamo este punto «la sede del anhelo del alma», o «sede del alma», o «punto SA».

El siguiente punto de la línea es el *tan tien,* tal como se denomina en chino. Es el punto del que parten todos los artistas marciales cuando actúan. Es de este centro de donde los artistas marciales extraen la fuerza necesaria para romper el hormigón. Parece ser una bola de fuerza o un centro de existencia, de unos 6 cm de diámetro. Está situado unos 6 cm más abajo del ombligo. Tiene una membrana dura a su alrededor, lo que le da el aspecto de una bola de caucho. Puede tener un color dorado. Se trata de un centro de voluntad. Es su voluntad de vivir en el cuerpo fisico. Contiene la única nota que mantiene el cuerpo fisico en su manifestación física.

Es mediante su voluntad y esa única nota que usted ha extraído un cuerpo fisico del cuerpo de su madre, la Tierra. Es también a partir de este centro que los sanadores pueden conectarse a un gran volumen de fuerza para regenerar el cuerpo, a condición de que el sanador arraigue la línea del hara a las profundidades del núcleo fundido de la Tierra. Cuando su línea del hara se extiende hacia el interior de la Tierra, los sanadores pueden acumular una gran fuerza. Cuando se utiliza con fines curativos, el tan tien puede adoptar un rojo intenso y ponerse muy caliente. Esto es lo que se entiende por arraigarse en el nivel del hara. Cuando sucede esto, y el tan tien se vuelve rojo, los sanadores sienten un intenso calor por todo su cuerpo.

En cuanto usted haya establecido una intención clara en el nivel del hara, sus acciones en los niveles aural y físico le aportarán placer. A lo largo de este libro trataremos sobre la disfunción en el nivel del hara (es decir, su intención y su misión en la vida) con relación a la salud. Así, por ejemplo, una enfermedad puede ser provocada por intenciones confusas, mixtas u opuestas, y por la desconexión respecto a la misión en la vida de esa persona. Muchas personas, sobre todo en las regiones del mundo más modernas e industrializadas, se arrastran sufriendo un intenso dolor espiritual porque ignoran que tienen un objetivo en la vida. No comprenden por qué sienten dolor. No saben que existe una cura para este tipo de dolor espiritual. La desconexión respecto al objetivo más profundo de la vida se muestra en el nivel del hara. Y puede remediarse desde este mismo nivel.

El nivel de la estrella del núcleo: el nivel de su esencia divina, la fuente de su energia creativa

El nivel de la estrella del núcleo es un salto cuántico más profundo en quien somos que el nivel del hara, y está relacionado con nuestra esencia divina. Usando la EPS, en el nivel de la estrella del núcleo todo el mundo parece una hermosa estrella. Cada estrella es distinta. Cada estrella es la fuente interna de la vida interior. En este lugar escondido, somos el centro del universo. Aquí reside la individualidad divina que hay en cada uno de nosotros. Está situado a poco menos de 4 centímetros más arriba del ombligo, en la línea central del cuerpo. (Véase la figura 2-1.) Cuando alguien abre su visión al nivel de la estrella del núcleo y observa un grupo de personas, cada una parece una hermosa estrella que irradia infinitamente pero penetra en todas las demás estrellas.

Nuestro núcleo es la naturaleza más esencial de nuestro ser, y es totalmente única para cada individuo. Ha estado dentro de cada uno de nosotros desde antes de los albores del tiempo. En realidad, escapa a las limitaciones de tiempo, espacio y creencia. Es el aspecto individual de lo divino. A partir de este lugar interno, vivimos y mantenemos nuestro ser. Lo identificamos fácilmente como lo que siempre hemos sabido que somos desde el momento de nacer. En este lugar, somos sabios, afectuosos, y estamos llenos de valor.

Esta esencia interna no ha cambiado con el tiempo. No se ha visto afectada por experiencias negativas. Sí, nuestras reacciones a las emociones negativas pueden haberla ocultado, o encogido, pero en realidad no la han alterado nunca. Es nuestra naturaleza más básica. Es la divinidad más profunda que existe en cada uno de nosotros. Es lo que realmente somos. Es a partir de este lugar de donde surgen todas nuestras energías creativas. Es el surtidor eterno de donde proceden todas nuestras creaciones.

Su proceso creativo y su salud

El objetivo principal de este libro es ayudarle a comprender el proceso creativo que se origina dentro de su núcleo y su significación, especialmente respecto a la salud y la curación. Este proceso creativo que se origina dentro de nuestro núcleo empieza siempre con dos ingredientes. El primero es la intención positiva, o intención divina; el segundo es el placer positivo.

Todo cuanto haya hecho en su vida empezó no sólo con buenas intenciones, sino también con placer.

Cada acto creativo que haya hecho empezó dentro de la conciencia de su núcleo y fue ascendiendo por los niveles más profundos de su ser hasta alcanzar su mundo físico. Todas las creaciones de su vida siguen la misma evolución. Cada acto creativo sigue esta ruta en su viaje hacia lo físico: se manifiesta primero como conciencia en el núcleo, luego como intención en el nivel del hara, y posteriormente como nuestras energías vitales en el campo aural que más tarde surgirán al universo fisico.

Cuando estas energías fluyen *directamente* desde el núcleo a través del nivel del hara de nuestra misión en la vida, a través del nivel aural de nuestra personalidad, y a través de nuestro cuerpo fisico, creamos salud y alegría en nuestra vida. Este proceso creativo sienta la base para el presente libro. Es con la luz que emerge de nuestro núcleo que creamos la experiencia vital en todos los niveles de nuestro ser.

Cuando *bloqueamos* las energías creativas que emanan de la estrella del núcleo, al cabo de un tiempo inducimos dolor en nuestra vida. La labor que tenemos por delante consiste en desvelar nuestro núcleo de modo que la luz y nuestras creaciones puedan brotar en forma de alegría, placer y bienestar. De este modo, podremos crear un mundo de armonía, paz y comunión.

Capítulo 3
UNA NUEVA PERSPECTIVA DE LA CURACIÓN: LA EXPERIENCIA HOLOGRÁFICA

Para empezar a comprender y a vivir la experiencia holográfica, conviene echar una ojeada a nuestro procedimiento de comprensión actual, que no es holística.

Las metafísicas subyacentes a nuestros modelos científicos

Al igual que los sistemas de creencia tradicionales de las culturas «primitivas», nuestra cultura del mundo científico occidental está delimitada también por sus supuestos incorporados. Muchos de esos supuestos han permanecido indiscutidos e incontestados hasta hace poco. Lo que consideramos nuestra realidad fundamental depende de las metafisicas subyacentes sobre las que basamos nuestra ciencia. El doctor Willis Harman, en su libro *Global Mind Change,* apunta tres metafísicas básicas -M-1, *M-2 y M-3-* que han sido utilizadas durante la historia de la evolución humana. Las define como sigue:

M-1. Monismo materialista (la materia da lugar a la mente)
En la primera de ellas, el componente básico del universo es materia-energía. Aprendemos sobre la realidad estudiando el mundo medible. Sea lo que fuere la conciencia, emerge de la materia (esto es, del cerebro) cuando el proceso evolutivo ha progresado lo suficiente. Sea lo que fuere lo que aprendamos sobre la conciencia, debe reconciliarse en último término con el tipo de conocimiento que obtenemos de estudiar el cerebro físico, por cuanto una conciencia escindida de un organismo físico vivo no sólo es desconocida, sino también inconcebible.

M-2. Dualismo (materia más mente)
Una metafísica alterna es la dualista. Existen fundamentalmente dos tipos distintos de componente básico en el universo: la materia-energía y la mente-espíritu. La materia-energía se estudia con las herramientas actuales de la ciencia; la mente-espíritu debe explorarse de otras maneras más apropiadas (como la exploración subjetiva interior). Así pues, esta metafisica desarrolla, en esencia, dos clases complementarias de conocimiento; presumiblemente hay áreas que se solapan (como el campo de los fenómenos psíquicos).

M-3. Monismo trascendental (la mente da lugar a la materia)
No obstante, una tercera metafisica considera que el componente esencial del universo es la conciencia. La mente o conciencia es fundamental, y la materia-energía emana, en cierto sentido, de la mente. El mundo fisico es para la mente superior lo que la imagen de un sueño es para la mente individual. En último término, se establece contacto con la realidad que se oculta tras el mundo de los fenómenos, no a través de los sentidos físicos sino a través de la intuición profunda. La conciencia no es el producto final de la evolución material, porque la conciencia ya existía antes.

La mayor parte de nuestro condicionamiento y nuestra herencia cultural se basa en el modelo metafisico M-1 (la mente emana de la materia), que sustenta una ciencia mecanicista. Nuestro futuro se ha sembrado ya en el modelo M-3 (la materia emana de la mente), que conduce a una ciencia holográfica.

Nuestro viejo modelo científico mecanicista en el cuidado de la salud

Para pasar a un modelo holográfico que nos sirva para el cuidado de la salud, antes debemos explorar nuestras viejas ideas acerca de la salud, la curación y la medicina, y averiguar hasta qué punto nos han limitado. Nuestras viejas ideas proceden del viejo modelo científico mecanicista sobre el que se basa nuestro condicionamiento cultural. Este antiguo patrón, basado a su vez sobre la metafisica M-1 (la mente emana de la materia), contiene la serie racional y tácita de premisas de esta era científica. El doctor Harman enumera esos supuestos:

1. Las únicas formas concebibles de poder adquirir conocimientos son mediante nuestros sentidos fisicos, y quizá mediante algún tipo de transmisión de información a través de los genes. O podemos aprender, a partir de la ciencia empírica, la exploración del mundo medible con unos instrumentos que amplían nuestros sentidos fisicos.
2. Todas las propiedades cualitativas se pueden reducir, en última instancia, a propiedades cuantitativas (por ejemplo, el color se reduce a longitud de onda).
3. Existe una clara delimitación entre el mundo objetivo, que puede ser percibido por todos, y la experiencia subjetiva, que es percibida por el individuo solo. El conocimiento científico se sirve del primero; la segunda puede ser importante para el individuo, pero su investigación no lleva al mismo tipo de conocimiento públicamente verificable.

4. El concepto de voluntad libre es un intento precientífico de explicar la conducta que los análisis científicos atribuyen a una combinación de fuerzas que inciden en el individuo desde el exterior, junto con presiones y tensiones internas del organismo.

5. Lo que conocemos como conciencia de nuestros pensamientos y sentimientos es un fenómeno secundario que emana de procesos fisicos y biofisicos en el cerebro.

6. Lo que conocemos como memoria es estrictamente una acumulación de datos almacenados en el sistema nervioso central.

7. En función de la naturaleza del tiempo, no existe obviamente ningún otro modo de poder obtener conocimiento de eventos futuros que a través de la predicción racional a partir de causas conocidas y regularidades pasadas.

8. Puesto que la actividad mental es simplemente una acumulación de estados dinámicamente variables en el organismo fisico (cerebro), es completamente imposible que esta actividad mental ejerza cualquier efecto directo sobre el mundo fisico externo al organismo.

9. La evolución del universo y del hombre ha tenido lugar a partir de causas fisicos. No existe ninguna justificación para cualquier concepto de objetivo universal en esta evolución, ni en el desarrollo de la conciencia, ni en los esfuerzos del individuo.

10. La conciencia individual no sobrevive a la muerte del organismo; y, si se halla algún sentido en el hecho de que la conciencia individual persista tras la muerte del cuerpo fisico, no podemos comprenderlo en esta vida ni obtener conocimiento alguno al respecto.

Éstos son los supuestos sobre los que se basan nuestra sociedad industrializada y nuestro sistema de cuidado de la salud. En algunos casos de este último, funcionan de un modo admirable. En otros, no. En ciertas áreas de nuestra vida, como la capacidad de adquirir bienes de consumo, valen para algunos de nosotros. Para otros, que viven atrapados en la pobreza, no sirven. Para encontrar soluciones más efectivas a los problemas sociales y a las enfermedades que «infestan» el siglo XX , debemos profundizar más en nuestros supuestos sobre la realidad.

En nuestra cultura, la filosofia se asienta sobre el viejo modelo mecanicista de la fisica, que se basa a su vez en la metafisica M-1 (la mente emana de la materia), la cual sostiene que el mundo está hecho de bloques de materia básicos, como los electrones y los protones. Estas «cosas» o partes diminutas constituyen todo cuanto existe. En consecuencia, si dividimos el mundo en esas cosas y las estudiamos, deberíamos entender el mundo. Así, se nos ha enseñado a confiar y vivir según la mente racional. Nuestro sistema social, nuestras escuelas y nuestro sistema médico acentúan la importancia de resolver problemas racionalmente para comprender cómo funcionan las cosas, y más tarde para descubrir la causa de los problemas. Para lograrlo, dividimos todo en partes separadas y las estudiamos.

Por desgracia, durante los últimos cuarenta años hemos puesto cada vez más énfasis en la división racional de nuestro mundo en partes separadas y en el estudio de éstas como si estuvieran aisladas. Sin embargo, la investigación demuestra que el aislamiento simple-

mente no es verdad. Durante más de veinte años, los experimentos en el campo de la física y la biología han demostrado que todo está conectado. Es imposible separar el experimentador de su experimento, del mismo modo que es imposible separar el individuo del conjunto. No obstante, en la vida cotidiana seguimos pensando que las cosas pueden descomponerse y llevarse aparte para comprenderlas.

¿Por qué no funciona el sistema antiguo?

Cuando pensamos en términos mecanicistas, hacemos argumentaciones como éstas:

«Cuándo *harán* algo al respecto?» *«Están* destruyendo el planeta.» «Más nos valdría que los ejecutivos (o los empleados) no fueran tan codiciosos.»

Estas declaraciones nos separan de los demás al crear unos «ellos» ficticios en quien podemos cargar la responsabilidad de un problema o una situación en lugar de hacer lo que deberíamos para cambiar esa situación. A fin de cuentas, somos co-creadores de cualquier situación en la que nos veamos involucrados.

Hemos tratado nuestra salud y nuestras enfermedades de la misma forma. Separamos nuestros órganos de los demás como si no trabajaran juntos en el mismo cuerpo. Separamos nuestra enfermedad de nosotros mismos. Separamos nuestras partes corporales de las emociones que tenemos sobre ellas, como si no existiera ningún efecto al hacerlo. Las compartimentamos mediante argumentaciones como éstas:

«He pillado tu resfriado.» «Tengo mal la espalda.» «Mi estómago me está causando problemas otra vez.»

«Odio mis caderas; son demasiado anchas para mí.» Incluso tratamos de librarnos del síntoma en vez de concentrarnos en la causa del problema. Esto puede ser muy peligroso. Efectuamos declaraciones como éstas:

«Doctor, quiero que me libere de este problema de la rodilla de una vez por todas.»

«Me duele la cabeza. Necesito una aspirina para que me quite el dolor.»

«Haré que me extirpen la vesícula biliar para que deje de atormentarme.»

Muchas veces, consideramos la enfermedad como causada principalmente por la invasión de algún agente externo, como un microorganismo o un tumor que debe eliminarse. La forma habitual de librarnos de la enfermedad consiste en tomar una píldora o pasar por el quirófano. La prescripción de la medicación adecuada para eliminar el dolor o matar el invasor se basa fundamentalmente en la investigación y el pensamiento que se

sostienen sobre la premisa de que el mundo está constituido por partes separadas. Tales enfoques no tienen ninguna relación con la causa de la enfermedad. Los avances de la medicina moderna son portentosos, y sin embargo, como personas, parecemos ser cada vez menos capaces de conservar la salud a nivel personal. Cuando por fin logramos que el médico nos arregle una cosa, se estropea otra. A veces, los efectos secundarios de un tratamiento conllevan otra dolencia. No obstante, tendemos a considerar estas molestias como sucesos inconexos. Hemos dividido el mundo en tantas partes, que nos desconcertamos y empezamos a pensar que el médico es el responsable de nuestra salud.

Una buena parte del dolor ha surgido del modelo de pensamiento que entiende el ser humano como una colección de partes separadas en lugar de como un ser íntegro. Este pensamiento separatista conduce también a la abdicación de la responsabilidad de la salud en el médico. Creemos que éste puede arreglar las partes del cuerpo igual que un mecánico arregla las partes de un coche. Yo he presenciado multitud de casos de este dolor. De la compartimentación resulta la confusión. Muchos pacientes que han acudido a mi despacho han pasado por una larga lista de profesionales del cuidado de la salud, entre los cuales médicos, toda clase de terapeutas, sanadores, psiquiatras, acupuntores, especialistas en dietética y herbolarios. De estos tratamientos han obtenido resultados mínimos, principalmente debido a los análisis contradictorios y desconcertantes de su dolencia. El paciente no sabe qué hacer ni a quién creer simplemente porque la compartimentación lleva a la contradicción.

A causa de nuestro condicionamiento cultural, pedimos un diagnóstico de la enfermedad fisica. Esto equivale a pedir unos bloques de materia básicos que en realidad no existen. Y no sólo lo pedimos; ¡lo exigimos! Y se nos da. Una presentación concreta de los «hechos» de un diagnóstico de la enfermedad fisica limita nuestra capacidad de ver el cuadro general con claridad porque lo sacamos del contexto de la interrelación que rige todo nuestro ser, en el que la causa de la enfermedad incluye muchos niveles de funcionamiento y experiencia. Tomamos el diagnóstico como la respuesta completa y lo usamos (con optimismo) para sentirnos seguros. Como consecuencia, ejercemos mucha presión sobre nuestros médicos para que se ocupen de nuestra salud mediante diagnósticos y tratamientos. Creemos que si designamos la enfermedad y la conocemos, podremos controlarla desde un lugar separado e inconexo. O, mejor aún, el médico podrá controlarla.

De hecho, este método funciona muy bien en numerosas enfermedades. Elimina los síntomas fisicos que llamamos enfermedad, pero no trabaja con la causa interna conectada con la realidad más profunda que reside en nosotros. A largo plazo, es probable que la práctica de la diagnosis y del tratamiento de los síntomas fisicos nos aleje otro paso más de nosotros mismos y de nuestra realidad interna. Yo lo considero un mal uso de la diagnosis. El problema es que nos detenemos en el diagnóstico y el tratamiento resultante. No lo usamos -como podríamos hacerlo- como otra pieza de información en un gran rompecabezas que conduce a la autocomprensión y al crecimiento. La contemplación de la enfermedad desde el punto de vista de los síntomas separados confiere, además, demasiado poder al sistema de diagnóstico y lo vuelve rígido. Esto conlleva otro mal uso, más grave, del sistema de diagnóstico.

El modelo mecanicista genera diagnósticos que sentencian a muerte

El dolor empeora y los pacientes están aún más confundidos cuando reciben recomendaciones diagnósticas y de tratamiento que incluyen amenazas como: «Si no sigue nuestro programa de tratamiento concreto, se pondrá peor o incluso morirá». Por supuesto que los médicos deberían dar la información que conocen sobre el pronóstico del paciente si éste no sigue tratamiento alguno, pero no deberían sugerir que su procedimiento es necesariamente el único. Quizá existen otras maneras de tratar la enfermedad que no conocen. En otras palabras, las limitaciones de las técnicas de tratamiento médico convencionales deberían aceptarse como tales, y debería mantenerse la puerta siempre abierta a otras posibilidades, independientemente de que el médico conozca o no los tratamientos alternativos. En lugar de tachar a un paciente de «terminal», el médico tiene que aclarar que es la medicina occidental la que no puede tratar el problema con eficacia.

Una de las peores cosas por las que he visto pasar a los pacientes a los que se ha diagnosticado un cáncer es el diagnóstico terminal. Sí, existen estadísticas sobre determinadas evoluciones en ciertas enfermedades que muestran las probabilidades del curso que seguirá una dolencia concreta. Pero esto no implica en modo alguno que ese curso sea cierto para cualquier paciente. Por desgracia, cuando un paciente escapa a las estadísticas se considera que se ha producido un error de diagnóstico, una «remisión espontánea», una «enfermedad benigna» o incluso un «milagro». Esto desacredita el método que contribuyó a la curación del paciente.

Cuando la medicina occidental utiliza la etiqueta diagnóstica «incurable» o «terminal» en las enfermedades que no puede tratar, crea un problema adicional a los pacientes. Les enseña que no pueden sanar. Infunde una creencia patológica en los pacientes en base a la cual éstos actúan, potenciando así su enfermedad. Es decir, los pacientes ya no sólo tienen que luchar contra su dolencia, sino que deben superar también la parte de sí mismos que cree que no pueden curarse. Un diagnóstico de enfermedad induce una perspectiva patológica en la mente del paciente acorde con las creencias de un sistema médico que tal vez no puede ayudar al paciente porque el sistema no conoce ninguna cura. En cierto modo, la medicina occidental viene a decir: «Crea lo que nosotros creemos, acepte nuestra metáfora de la realidad, que esta enfermedad (como nosotros la hemos diagnosticado) es la verdadera y única realidad (tal y como nosotros la vemos) y es incurable».

Este alegato secreto nos conduce de vuelta al problema inicial: los papeles que nuestros modelos de la realidad desempeñan en nuestra vida, y nuestros supuestos de que son la única realidad. No consideramos la profunda incidencia de esto.

El problema de los modelos o las metáforas de la realidad

Como dice la señora del bolso de la obra de Lily Tomlin, *The Search for Intelligent Life in the Universe* -todo un éxito en las salas de Broadway-, «la realidad es un presentimiento colectivo».

Lo que tendemos a hacer es decir que cualquier modelo de realidad que aceptamos *es realidad.* Y luego nos topamos con problemas cuando la auténtica realidad no encaja en el modelo. Nos culpamos a nosotros mismos o declaramos las cosas imposibles porque no se ajustan al modelo. No se nos ocurre ver o afirmar que el modelo es limitado.

Todos los modelos son limitados. Debemos recordarlo. Si lo hacemos, probablemente estará bien aceptar una metáfora concreta como realidad de un modo imparcial; por ejemplo, en el caso mecanicista, que la materia es la realidad básica. Pero cuando se trata de enfermedades incurables, la metáfora de la realidad ya no funciona para nosotros. Entonces habrá llegado el momento de encontrar una metáfora más funcional en la cual sea probable una cura. Es el momento de que el paciente encuentre otro sistema médico en vez de someterse a tratamientos dolorosos e invasores que no curan. Esos tratamientos no sólo fracasan en su intento de sanar, sino que además hacen la curación por medio de un sistema distinto, como la medicina ayurvédica, la homeopatía, la acupuntura, la macrobiótica, etc., mucho más difícil.

Un diagnóstico de «intratable» es una declaración sobre el sistema médico, no sobre el paciente. Si se ofrece como una afirmación sobre el estado del paciente, coloca a éste en una situación de desventaja en su proceso curativo. Deja muy poco espacio, o ninguno, para que el proceso creativo de curación emane del propio paciente. No deja espacio a los sistemas de atención alternativos. Es mucho mejor que un médico diga: «He hecho todo cuanto he podido por usted. En este momento, no conozco ningún otro tratamiento que ofrecerle. Si lo desea, estaré a su lado y le mantendré tan cómodo como pueda. Quizá haya alguien que conozca otra manera».

Esto es lo único de lo que deben responsabilizarse los médicos. No pueden asumir la responsabilidad sobre la vida o la salud de otras personas. Los médicos no pueden jugar a ser Dios. Esto debería ser un alivio para ellos. Sí, los médicos poseen la luz de Dios en cada célula de su ser, pero también la tiene cada paciente. Es probable que los médicos tengan un acceso más fácil al poder curativo que cualquier paciente en cualquier momento. Pero los pacientes poseen plena capacidad para aprender a utilizar ese poder, lo que también debería ser un alivio para el médico.

Las responsabilidades que hemos depositado en nuestros médicos, y las que ellos han aceptado, no son justas ni realistas. Se basan en el modelo mecanicista. Si se espera de un médico que nos dé una píldora o nos opere para quitarnos algo separado de nosotros que nos molesta, entonces él asume la responsabilidad. Es como si nosotros no tuviéramos nada que ver.

Hacia el modelo holográfico

Como pacientes, tenemos que aceptar la responsabilidad de nuestra curación. Debemos pedir a nuestros médicos que nos ayuden a hacerlo. Debemos establecer relaciones cordiales de trabajo entre el paciente, el sanador y el médico para sacar el máximo partido de la autocuración, de los sanadores, y del gran beneficio de la curación que ofrecen los médicos.

Un modo de establecer relaciones cordiales de trabajo entre el paciente, el sanador y el médico consiste en ingresar conscientemente en la nueva metafisica M-3 (la materia emana de la mente) que se ha descrito al principio de este capítulo. Debemos considerar que la mente es la realidad básica, en lugar de la materia. Y esto cambia mucho las cosas. Nos conduce al holismo.

El trabajo que se presenta en este libro está basado en la metafisica M-3: la mente da lugar a la materia; por tanto, la mente o conciencia es la realidad fundamental. No obstante, *mente y conciencia* son todavía términos limitados en nuestra cultura. El amplio espectro de la experiencia humana va mucho más allá de la mente. Así, yo prefiero utilizar la palabra *esencia* para designar la naturaleza básica de la condición humana. «Esencia» es más sutil y menos limitada que lo que llamamos «conciencia». La esencia subyace a la conciencia. «Conciencia» es más sutil y menos limitada que lo que llamamos «mente». La conciencia subyace a la mente. Por lo tanto, es la esencia lo que da lugar a la conciencia, que da origen a la mente, la cual genera, a su vez, la materia.

Esa esencia se encuentra en el nivel de la estrella del núcleo de cada criatura viva. Se halla dentro de todo. Está en todas partes. Todo está, en última instancia, impregnado de esencia, conciencia y mente. La metafisica M-3, por tanto, nos lleva de la forma más natural al holismo y a la interconexión de todas las cosas, una experiencia muy común del estado de curación. Al asumir la metafisica M-3, caminamos directamente hacia la nueva ciencia de la holografia, que muestra un futuro prometedor al darnos nuevas respuestas a viejas preguntas sobre nosotros mismos, nuestra curación y los procesos curativos.

Reorientémonos hacia el holismo. ¿Qué es? ¿En qué difiere de aquello sobre lo que ahora basamos nuestros supuestos sobre la realidad? ¿En qué consistirá la vida inmersa en un modelo holográfico de la realidad? ¿Qué ocurriría si pensáramos y viviéramos holográficamente? ¿Cómo cambiaría nuestra vida?

Muchos de nosotros hemos tenido experiencias de integridad durante la meditación o algo tan sencillo como soñar despiertos ante una puesta de sol. Tales experiencias son muy poderosas. Las más de las veces, nos gustaría saber cómo hacer que sucedan más a menudo. Parece existir un gran hueco entre la experiencia espontánea de integridad y la aplicación del holismo a la vida cotidiana. Es ese hueco el que trataremos de salvar mediante el procedimiento gradual que describe este libro. En un extremo del puente están el mundo fisico y nuestro cuerpo fisico. Al otro lado se encuentra la experiencia ampliada del holismo, en la que cada uno de nosotros es todo cuanto existe. Así, la pregunta que se nos plantea es: ¿Cómo nos volvemos holistas?

Experimentación del holograma universal

Para explorar cómo sería vivir dentro de un modelo holográfico, en un nivel experimental personal, planteé a varios de mis alumnos de tercer año de curación la siguiente pregunta: *«Imagínate que eres un holograma. ¿Cómo te ilimitaría eso?».* Veamos sus respuestas:

MARJORIE V.: En un holograma, somos a la vez observador y creador. No sólo somos parte de un modelo, sino también ese modelo. Un holograma está fuera del tiempo lineal y del espacio tridimensional. Es la interconexión de todo. Es la ilimitación en sí misma. Es la rendición absoluta a todas las experiencias; sentirse verdaderamente uno con los demás, con todo y con el universo. Es presente, pasado y futuro instantáneos.

IRA G.: Imaginarme a mí misma como un holograma me ilimita porque permite la visión de que todo el universo puede experimentarse o comprenderse a través de una célula de mi cuerpo y una experiencia de mi vida. Cada parte o componente se convierte en un umbral de comprensión universal.

SYLVIA M.: Si soy un holograma, no tengo límites. Puedo entrar en el espacio y el tiempo, en la eternidad, y volver. Soy los árboles, los animales y los que no tienen hogar, y ellos son yo. Quizá es de aquí de donde procede ese viejo dicho: «Todos para uno, y uno para todos».

CAROL H.: Imaginarme a mí misma como un holograma me ilimita por el hecho de reconocer la interconexión con el conjunto de la creación y de ser un reflejo del espíritu divino. Me doy cuenta asimismo de que todos mis pensamientos, palabras y actos se experimentan a través del todo, lo cual es una idea sobrecogedora! Además, experimento todo cuanto integra la creación como «receptor».

BET TE B.: Si yo fuese un holograma, por ejemplo del alcoholismo, no sería tan sólo la esposa del alcohólico, sino también el marido, la hija, el hijo, y el propio alcohólico. Podría experimentar el alcohol entrando en el cuerpo y, al mismo tiempo, ver y saber cómo todos los demás implicados sienten, piensan y conocen mental, emocional, fisica y espiritualmente. No podría tomar ningún partido, por cuanto yo lo sería todo a la vez y sabría que todo ello es una parte de Dios y del universo.

PAM C.: Creo que soy un holograma, pero resulta dificil asumir lo que esto significa. Me ilimita porque significa:

1. Que no estoy separada, estoy siempre en conexión con el todo. De hecho, yo soy el todo.
2. Que puedo adoptar la forma que quiera en cualquier momento. De hecho, adopto todas las formas constantemente.
3. Que estoy siempre en sintonía con todo cuanto existe.
4. Que no estoy restringida a mi cuerpo. Tengo acceso a toda la información del universo, al pasado, presente y futuro y a otras dimensiones. Puedo estar en cualquier sitio en cualquier momento. De hecho, puedo estar en varios sitios a la vez. En definitiva, me hace sentir muy grande y muy conectada. Soy el todo así como las partes.

ROSEANNE F.: Si soy un holograma, ya no soy una parte del todo, sino que soy el todo. Me ilimita en todos los sentidos, por cuanto no sólo estoy conectada con todas las cosas, sino que soy todas las cosas y por tanto soy ilimitada en mi potencial para comprender, conocer, ver, aprender, ser y hacer (y mucho más, estoy segura).

A la inversa de «soy un todo» como holograma, estoy también dentro y fuera de todo lo demás; de modo que existe un equilibrio de mi ser ilimitado con todas las otras cosas y seres. .

JOHN M.: Se trata de una metáfora científica de la afirmación de Cristo «Yo y el Padre somos Uno». A mí me sugiere que no soy un «intruso», que, como el hijo pródigo, he conservado la plenitud del universo dentro de mí; o, más exactamente, he mantenido esa plenitud circulando a través de mí. Este pensamiento me evoca una sensación de paz que ha sostenido mis momentos de mayor temor e incertidumbre. Es como si, tal y como imagino la inmensidad del todo, echara la vista hacia mí mismo con algo semejante a un rostro humano. El pensar en mí mismo como un holograma me proporciona valor y esperanza.

MARGE M.: Así puedo verme a mí misma como todo lo que es. Debo aprender a acceder a los aspectos de mí misma a los que deseo acceder. Siendo un holograma, todo es posible, todo el conocimiento es accesible, y es cuestión de dejar que ocurra.

LAuRIE K.: Me da las alas con las que ir y estar en el sitio y en el momento que quiera. Me da responsabilidad creativa al saber quién soy realmente y, en ello, cambiar el mundo entero. Me proporciona un acceso ilimitado a todo el conocimiento, toda la comprensión. Me libera de las trabas de la desarmonía dualista y me impulsa hacia un mundo de luz, de unidad, de saber. Estoy indisociablemente conectado con todo.

SUE B.: Me resulta muy dificil hacer esto, porque mi mente dice: «No lo soy». En cambio, me resulta más fácil imaginarme a mí misma como parte de un tejido interconectado. Cuando lo hago, no existe ningún «yo» y ningún «yo no», sino un «estoy». En este sentido, el tiempo y el espacio no existen, porque «estoy» en todas partes a la vez.

JASON S.: Imaginarme a mí mismo como un holograma parece «ilimitarme» hasta el extremo que me permito. Llegado a cierto punto, resulta un poco atemorizador. Por ejemplo, cuando lo imagino, me siento en cierto modo más distanciado de mi personalidad y el curso de mi vida y lo veo todo más como una serie de modelos interactivos. Esto proporciona una amplia perspectiva a la visión que tengo de mí mismo. Por otra parte -en el micronivel-, puedo ver cada aspecto de mi vida cotidiana como la expresión plena de quien soy. Puedo ver cómo «jason-eo» a lo largo de mi vida, con mis talentos, perspectiva, falta de perspectiva, problemas ,y fuerzas, todo plenamente formado en cada aspecto. Como cualquiera que pueda distanciarse tanto así, no me gusta especialmente la sensación de distanciamiento cuando se hace demasiado intensa. En cambio, sí me gusta la sensación de todoa-la-vez que obtengo de contemplar mi vida de este modo.

Como sanador, cuando observo a mis pacientes desde este punto de vista, siento la posibilidad de estar completamente en contacto con su pasado, presente y posible futuro. Esto hace que el momento de la curación trascienda el momento presente.

La experiencia holográfica requiere una conciencia dilatada. Exige una gran sensibilidad a lo que es, tanto personal como interpersonalmente. Es posible desarrollar esa conciencia ampliada de un modo progresivo, como veremos a lo largo de este libro.

La experiencia holográfica es la experiencia del momento curativo. Cuando se trasciende el tiempo lineal y el espacio tridimensional de la manera arriba descrita, la curación tiene efecto de forma automática. Ésta es la verdadera naturaleza del universo.

Estoy segura de que experiencias como éstas le resultarán familiares. Lo que aún no hemos hecho es aprender a desarrollarlas cuando son necesarias e integrarlas en la vida normal. Nuestro auténtico reto consiste en aplicarlas a la vida cotidiana de una manera práctica. Para lograrlo, debemos comprender mejor el holismo. Así pues, echemos un vistazo más detallado a la holografía.

Los orígenes del holismo y la holografía

En 1929, Alfred North Whitehead, un célebre matemático y filósofo, describió la naturaleza como una gran serie en expansión de sucesos que están interconectados. «Tales sucesos -dijo- no terminan en la percepción de los sentidos. Los dualismos del tipo mente/materia son falsos. La realidad es inclusiva y vinculante.» Lo que Whitehead quiso decir. con estos términos es que todo es relacionante, incluidos nuestros sentidos. Usamos los sentidos para obtener información sobre cualquier situación. Nuestros sentidos afectan la situación que percibimos. La situación afecta los sentidos con los que la percibimos. En ese mismo año, Karl Lashley publicó los resultados de su investigación sobre el cerebro humano, que demostraban que la memoria específica no está localizada en ninguna parte del cerebro. Observó que el hecho de destruir una porción del cerebro no destruye la memoria allí alojada. No se pudo localizar la memoria en unas células específicas del cerebro. Por contra, la memoria parece estar distribuida por todo el cerebro, probablemente como un campo energético.

En 1947, Dennis Gabor derivó ciertas ecuaciones que describían una posible fotografia tridimensional que denominó «holografia». El primer holograma fue construido en 1965 por Emmette Leith y Juris Upatinicks a partir de un láser. En 1969, el doctor Karl Pribram, un prestigioso fisiólogo del cerebro de la Stanford University, sugirió que el holograma funcionaba muy bien como un poderoso modelo para los procesos cerebrales. En 1971, el doctor David Bohm, un famoso fisico que colaboró con Einstein, propuso que la organización del universo es probablemente holográfica. Cuando Pribram oyó hablar de los trabajos de Bohm, quedó encantado. Éstos ratificaban su idea de que el cerebro humano funciona como un holograma, recogiendo y leyendo información procedente de un universo holográfico.

Figura 3-1: Realización del holograma de una manzana

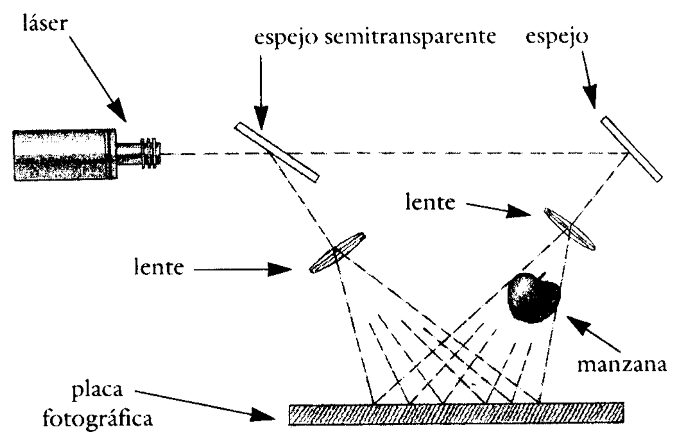
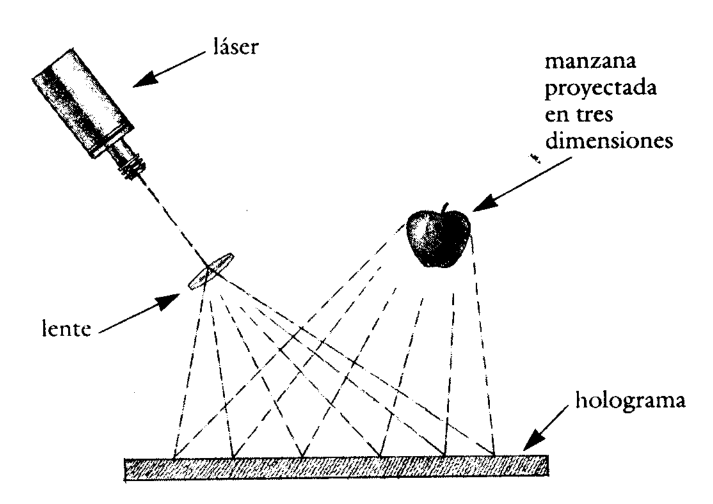


Figura 3-2: Proyección del holograma de una manzana



¿Qué es un holograma?

Así pues, ¿qué vienen a decir esos hombres y sus investigaciones.? Para comprender sus ideas, observaremos cómo funciona un holograma. Sin duda, usted debe de haber visto un holograma. Proyecta una imagen tridimensional aparentemente de la nada. A medida que usted se desplaza alrededor de esta imagen, puede ver los distintos lados que tiene.

La creación de la imagen tridimensional de un holograma requiere un proceso de dos fases. La figura 3-1 muestra el primer paso. El rayo de un láser se divide en dos haces merced a un espejo semitransparente. La mitad del rayo se enfoca a través de una lente sobre un objeto, una manzana, por ejemplo, y luego es reflejado por un espejo hacia una placa fotográfica. La otra mitad simplemente se refleja en un espejo y se enfoca mediante una lente sobre la misma placa fotográfica. Se establece una relación fásica específica entre las dos mitades del rayo láser. Se toma una fotografia. El resultado es una fotografla de la trama de interferencias que producen los dos haces cuando se reúnen sobre la placa fotográfica. Esta trama de interferencias parece una serie de líneas ondulantes indiscernibles.

El segundo paso, representado en la figura 3-2, consiste simplemente en quitar la manzana, el espejo semitransparente, el segundo espejo y la segunda lente. Ahora, si usted toma el láser y lo enfoca a través de una lente sobre la placa fotográfica, descubrirá una imagen tridimensional de la manzana... ¡suspendida en el espacio! Lo más sorprendente es que, tras cortar la placa fotográfica en dos sin cambiar nada más, seguirá obteniendo la imagen de la manzana suspendida en el espacio, aunque un poco más borrosa. Si corta otro trozo de la placa, obtendrá todavía la imagen entera de la manzana en el espacio. El fenómeno persiste con porciones cada vez más pequeñas de la placa fotográfica. Se sigue obteniendo la manzana entera, aunque la imagen va haciéndose cada vez más vaga.

El modelo holográfico y las siete premisas sobre la naturaleza de la realidad

A medida que accedemos a la era holográfifica, vamos preparándonos para numerosos cambios. Esta era se apoya sobre los cimientos de *siete premisas básicas sobre la naturaleza de la realidad* que sale directamente del trabajo holográfico y sobre el cual se basa el modelo holográfico.

Premisa 1: La conciencia es la realidad básica

Para llegar a la premisa de que la conciencia es la realidad básica, seguiremos el análisis del doctor Pribram. Éste afirma que la realidad básica es la firma energética que el cerebro capta mediante los sentidos. Entonces el cerebro interpreta la firma como la forma y el color de una manzana. El doctor Pribram quiere decir con esto que la verdadera realidad es como la energía de los haces láser que transporta información. Lo que consideramos como realidad se asemeja más a la imagen tridimensional de la manzana proyectada en el holograma. La verdadera realidad debe localizarse en la energía que captan nuestros sentidos en lugar de en los objetos que definimos como reales.

Pribram sostiene que nuestro cerebro actúa como el holograma que proyecta la verdadera realidad de los haces de energía sobre una manzana ilusoria. El cerebro, sirviéndose de los cinco sentidos, capta el campo energético de cualquier cosa en la que centramos la atención en ese momento y traduce ese campo energético en un objeto. Esto significa que el objeto que percibimos representa la realidad secundaria. Así pues, no es más que una firma de la realidad más profunda (los haces de energía) de donde procede la proyección del objeto.

Pribram dice que todos nuestros sentidos actúan juntos de tal manera que crean la ilusión del mundo que nos rodea, de un modo semejante a como un par de altavoces estereofónicos le dan la impresión de que el sonido procede del centro de la habitación o unos auriculares hacen que la música venga del centro de la cabeza. Hasta ahora, sólo se ha construido el holograma que utiliza sensaciones visibles (la luz del rayo láser). Probablemente, algún día se construirán también hologramas que utilicen sensaciones cinestésicas, auditivas, olfativas y gustativas.

Es evidente que las investigaciones del doctor Pribram guardan relación con nuestro modelo del campo energético humano. En el nivel del aura, la realidad básica es la energía. No obstante, si profundizamos más, encontramos nuestra intención, que resulta de nuestra conciencia, sobre la que se basa nuestro flujo energético. Y aún más adentro, descubrimos nuestra esencia y el nivel de la estrella del núcleo, los cimientos de toda la realidad. Hemos llegado a la metafísica M-3.

Implicaciones de la premisa I para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud.

1. Probablemente, la implicación más importante para nuestra salud es que nuestra conciencia, expresada como intención, y la energía del campo aural que resulta de esa intención son los factores más fundamentales para nuestra salud o enfermedad. Esto significa que nuestras intenciones, tanto conscientes como inconscientes, y cómo se expresan en nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, son factores de primer orden en nuestro estado de salud. Cualquier problema físico no es más que una manifestación física de la auténtica enfermedad que se halla dentro de la conciencia. Ésta última estableció el planteamiento materializado de enfermedad.

2. Cualquier ciencia o sistema de cuidado de la salud basado en el mundo físico se apoya sobre causas secundarias, no principales.

Premisa 2: Todo está conectado con todo lo demás

Esta conexión no depende de la proximidad espacial o temporal. Un suceso ocurrido en un lugar afecta inmediatamente, sin demora para la comunicación (esto es, más rápido que la velocidad de la luz y más allá de la teoría de la relatividad de Einstein), todo lo demás.

Puesto que no existe demora, lo que llamamos causa y efecto ocurren al mismo tiempo. En consecuencia, nuestra idea de causa y efecto, que resulta tan útil en nuestro mundo material, no es aplicable ni válida en la realidad principal.

Implicaciones de la premisa 2 para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud.

1. Según la perspectiva holográfica, es imposible considerar las personas, los sucesos, cosas, «no-cosas» o a nosotros mismos por separado. La propagación de sucesos funciona no sólo a través de sus propias áreas de influencia específicas, sino que afecta intensamente otras áreas de la vida aparentemente independientes o inconexas. Nuestra experiencia cotidiana, nuestra ciencia, nuestra psicología y nuestra política apuntan a la realidad de que nada existe por separado. Un acontecimiento, ya sea político, psicológico, atómico o subatómico, no puede entenderse nunca como un suceso aislado que afecta sólo sus inmediaciones. Nuestra ciencia y nuestra política demuestran bien a las claras que aquello que ocurra ahora tiene un efecto inmediato en todas partes. El desarrollo de las armas nucleares lo corrobora claramente, así como la labor de los ecologistas.
2. Todo lo que hacemos, decimos, pensamos y creemos sobre la salud y la enfermedad afecta inmediatamente a todos.
3. Al curarnos a nosotros mismos, curamos a otros. Ayudando a curar a otros, también nos curamos a nosotros mismos.

Premisa 3: Cada parte contiene el todo

Si usamos el modelo del holograma, obtenemos una visión de la naturaleza de la realidad muy distinta a como nuestra cultura occidental la ha descrito en el pasado. Puesto que la imagen tridimensional de la manzana sigue produciéndose entera pese a lo pequeña que sea la porción de placa fotográfica que queda, el holograma demuestra con claridad que cada parte (de la placa holográfica) contiene el todo (la manzana).

Implicaciones de la premisa 3
para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud.

1. Cada parte de nosotros contiene la pauta completa de nosotros. Esto puede expresarse en el mundo físico en nuestros genes. En ellos, cada célula contiene toda nuestra estructura genética. Con el tiempo, ¡tal vez sea posible clonarnos a partir de una sola célula!
2. En el nivel energético, la pauta de energía en el campo aural de cada célula contiene nuestra pauta completa de salud. Luego podemos aprovechar esta pauta de salud para restablecer nuestra salud. ¡Sólo necesitamos una célula sana para hacerlo!
3. Somos todo lo que es. Dicho con otras palabras: todo cuanto es, está en cada uno de nosotros. Al explorar nuestro paisaje interno, también exploramos el universo.
4. Curándonos a nosotros mismos, contribuimos a la curación del planeta y el universo. (Para más información y una mejor comprensión de cómo funciona esto, véase «¿Qué puedo hacer personalmente por la paz en el mundo?», canalizado a través de mi guía Heyoan, en el capítulo 13.)

Premisa 4: El tiempo es también holográfco

Cada aspecto existe en todas partes todo el tiempo y siempre (esto es, a todas horas y en todos los tiempos). Cada momento es íntegro, completo y vivo, y coexiste en una relación informada con todos los demás momentos. Cada momento está autoinformado, es autointeligente y tiene acceso a todos los momentos.

Implicaciones de la premisa 4
para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud:

1. Ahora sabemos también que un evento del pasado puede encontrarse ampliamente entrelazado en el tejido de la estructura de nuestro mundo presente. Lo que hacemos afecta un amplio abanico de personas, quizá mucho más extenso de lo que sospechamos en el momento presente. Nuestras acciones afectan no sólo a quienes nos rodean, sino también a quienes están lejos, porque esos efectos no están confinados espacial o temporalmente. Son holográficos; es decir, esos efectos no dependen del espacio ni el tiempo.
Actúan fuera de tales limitaciones, ya que en la realidad principal el tiempo y el espacio no existen.
2. En el nivel personal, cada uno de los que vivimos en este ahora tenemos acceso a todos los demás momentos. O: Estamos en todas partes todo el tiempo, siempre.
3. Cada uno de nosotros está conectado con el «yo» que estaba muy sano antes de la enfermedad y después de restablecerse. Podemos acceder a la experiencia de salud y llevarla al ahora para curar.
4. Inversamente, cada uno de nosotros puede seguir estando conectado a las lecciones que aprendió de cualquier enfermedad para conservar la sabiduría adquirida de la experiencia.
5. Accediendo a la integridad completa, es posible curarnos inmediatamente.

Premisa 5: La individuación y la energía son básicas para el universo

Cada aspecto es individual y no idéntico a cualquier otro aspecto.

Hay un experimento que demuestra que la luz es una partícula y es también una onda energética. Sin embargo, otro experimento demuestra que las partículas no actúan como cosas. Son más bien como «eventos individuales de interacciones», que son también básicamente energía. Por lo tanto: cada aspecto del universo es una onda energética o una partícula individual de energía.

Implicaciones de la premisa 5
para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud.

1. Cada uno de nosotros está compuesto de energía. Sustituyendo nuestros pensamientos y supuestos de que somos materia sólida por la idea de que somos luz, podemos cambiar mucho más fácilmente. Y también nuestro cuerpo, que está hecho de luz. Nuestro cuerpo cambia constantemente. A cada segundo, tenemos un cuerpo distinto.
2. Cada uno de nosotros es distinto de cualquier otro ser. Lo que nos ocurre a cada uno y lo que experimentamos es único. No puede determinarse mediante una probabilidad basada en estadísticas pasadas sin que el factor de la creación, tal y como se describe en la premisa 7, entre en el juego.

Premisa 6: El todo es mayor que la suma de las partes

Si invertimos el proceso y volvemos a conectar los trozos de la placa fotográfica uno por uno, obtendremos una imagen de la manzana entera cada vez más nítida y más definida. Algunos de los puntos principales que resulta de la sexta premisa son:

1. Cada aspecto existe dentro de un sistema mayor que sí mismo, que también existe dentro de un sistema mayor que sí mismo, y así sucesivamente.
2. Cada aspecto y sistema tiene conocimiento de todos los demás sistemas.
3. Conectando e integrando las partes más pequeñas al todo, obtenemos una comprensión más clara y mejor del conjunto.

Implicaciones de la premisa 6
para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud.

1. En el holismo decimos, a medida que conectamos nuestras «partes» entre sí o integramos nuestro «ser», que nos conectamos a una imagen más nítida de nuestro ser completo y mayor.
2. Cualquier grupo de personas juntas constituyen un conjunto mayor que tiene más fuerza, amor y creatividad que cada una de esas personas por separado o que la suma de sus esfuerzos individuales.
3. Cualquier individuo integrado en un grupo puede utilizar la fuerza de ese grupo. Cada grupo dentro de un grupo mayor puede acceder a la fuerza y energía de éste, y así sucesivamente. Esto puede aprovecharse para la curación así como para otras tareas creativas.
4. Cada uno de nosotros, personalmente y en grupo, tiene acceso a todo el conocimiento y la fuerza curativos que hay, hubo y habrá en el universo.

Premisa 7: La conciencia crea la realidad y su propia experiencia de la realidad

La séptima premisa se basa en el modelo de Karl Pribram del cerebro holográfico. *Pribram afirma que el cerebro procesa datos coherentes con aquello a lo que está habituado.* Esto significa que usted experimentará según sus expectativas, basadas en sus creencias y su patrimonio.

Puesto que la realidad es creada por la conciencia, ésta crea también su propia experiencia de la realidad, ya que forma parte de ella.

Implicaciones de la premisa 7
para nuestra salud y el sistema de cuidado de la salud:

En la actividad curativa decimos: «No sólo creamos nuestra propia realidad y nuestra propia enfermedad, sino que también experimentamos nuestra propia experiencia de esa realidad, incluida la experiencia de nuestra salud o enfermedad».

Se trata de un argumento muy controvertido. Su interpretación debe hacerse con sumo cuidado, porque es un campo abonado para los equívocos y malos usos. Tener la responsabilidad sobre una situación dada es muy distinto a ser culpado de ella. Lo segundo implica que hemos enfermado porque somos malos. Por otra parte, si aceptamos la idea de que creamos nuestra propia experiencia de la realidad, esto nos coloca en la posición de fuerza que nos permite descubrir cómo la creamos tal como es, cambiar nuestros procedimientos y recrear otra experiencia más deseable. Pero esto plantea dos pegas.

La primera es: ¿de qué nivel de nuestro ser emana esta creación? ¿De la esencia divina, del nivel consciente de la intención, o del nivel personal de la mente y los sentimientos?

La segunda es: ¿quiénes son los nosotros que efectúan la creación? Desde la perspectiva holográfica, todos estamos interconectados, estamos conectados a la mayor fuerza creativa del universo, y todos nos afectamos mutuamente siempre y en todas partes.

Las personas que se someten constantemente a situaciones de tensión en su vida, obviamente tienen mucho que ver con la creación de la enfermedad cardíaca resultante en el nivel personal del campo energético que corresponde a los pensamientos y sentimientos. Aquí hay implicada una buena parte de opción personal, y una gran cantidad de energía creativa procede del individuo. Con todo, esas personas son también productos de su cultura, que genera una elevada cifra de personas aquejadas de enfermedades cardíacas a causa del estrés, el régimen alimentario y las carencias culturales de esa cultura.

Por otro lado, un bebé nacido con SIDA no ejerció, sin duda, el mismo tipo de opciones individuales humanas en el nivel de la personalidad que los pacientes arriba citados. La creación del SIDA en un recién nacido sólo puede considerarse desde la perspectiva holográfica: este individuo ha surgido del colectivo de la sociedad en la que nació. En este caso, los «nosotros» que efectúan la creación somos todos. Hemos creado colectivamente una situación que da origen a la afección del SIDA, que se expresa entonces en algunos individuos de un modo fisico. La afección del SIDA se expresa en todos nosotros de alguna manera. Puede expresarse en la negación de su presencia en nuestra sociedad o en nuestra relación con ésta, en nuestro miedo a ella, en nuestras reacciones negativas de querer escapar de ella, e incluso en el rechazo de la posibilidad de que podamos contraerla. La condición del SIDA puede expresarse en las relaciones que mantenemos con quienes la tienen de forma física. La principal expresión de la condición llamada SIDA, que todos tenemos, reside en la opción que nos plantea de escoger entre amor y miedo. Cada vez que afrontamos nuestra condición llamada SIDA, que todos hemos creado, afrontamos el reto de elegir entre amor y miedo.

Ahora, por supuesto, se podría incluir el mundo espiritual más profundo de esencia e intención dentro de esta metáfora y considerar que, antes del nacimiento, un individuo puede haber optado por nacer con SIDA como un

don para la humanidad. Este don nos desafía a escoger el amor en lugar del miedo. Ciertamente, tenemos mucho que aprender sobre el amor en esta época.

Para mí, todas estas consideraciones pueden ser ciertas y útiles en la situación curativa si se utilizan adecuadamente. La creación de la realidad de uno debe explorarse en todos los niveles para alcanzar una curación completa.

Sumario de la visión holística del cuidado de la salud

La realidad básica en el universo es esencia. Incluye nuestra esencia individual personal y la esencia combi nada de todo lo demás, que se denomina «esencia universal». Toda la creación procede de esa esencia: nuestra conciencia, mente, sentimientos y materia, incluso nuestro cuerpo físico. Nuestra salud es consecuencia de trasladar nuestra esencia verdadera y única a través de la conciencia, la mente, los sentimientos y el cuerpo físico. Nuestra salud o enfermedad es creada por nosotros mediante este proceso. Es nosotros.

La enfermedad es el resultado de una distorsión en nuestra conciencia (intención) que impide a la expresión de nuestra esencia pasar por todos los niveles hasta lo físico. La enfermedad es una expresión de cómo hemos tratado de separarnos de nuestro ser más profundo, nuestra esencia.

Lo que creamos emana holográficamente tanto de nuestra individualidad como de nosotros colectivamente en el nivel de los grupos a los que pertenecemos, desde el más íntimo hasta el de alcance universal. Es decir, nuestras creaciones no son sólo acciones nuestras, sino que son intensamente afectadas por, y se derivan (holográficamente) de, las personas a las que estamos más conectados. Nuestras creaciones son menos afectadas por las personas a las que estamos menos conectados.

Las causas de una enfermedad concreta son tantas, que sería imposible enumerarlas aquí. Hay causas en las que la incidencia del grupo es muy acusada. Ahora se manifiestan muchos casos, como los de esos dulces bebés que nacen con SIDA, que resultan de los grupos más amplios de la humanidad. Esto es señal de una época de cambios. Es una manifestación de la conciencia humana de la interconexión de todas las cosas. El SIDA es una enfermedad que disolverá las fronteras nacionales y enseñará a los seres humanos que el amor es la solución.

En este proceso de salud o enfermedad, no podemos dividir nuestro ser interno ni separarnos de los demás. Todos estamos conectados. Todo lo que pensamos, sentimos y hacemos respecto a la salud y la enfermedad afecta a los demás. Curándonos a nosotros mismos, curamos a otros. Expresando nuestra esencia, nuestra unicidad, aportamos salud a todos, al permitirles expresar su esencia.

Cada parte de nosotros contiene el modelo completo; cada célula de nuestro cuerpo encierra el modelo de todo el cuerpo, y contenemos también el patrón de la humanidad. Podemos aprovechar ese gran modelo de salud, lleno de energía y luz, para curar. Este modelo es real y está vivo.

Nosotros somos ese modelo. Está en nuestro campo aural. Somos energía, y podemos cambiar muy rápidamente. Vivimos en un cuerpo gelatinoso que cambia constantemente y es capaz de grandes cambios.

El tiempo es holográfico. Podemos desplazarnos por las estructuras del tiempo con fines curativos y para recabar información sobre el pasado o el probable futuro. Tenemos a nuestra disposición toda la sabiduría de los tiempos para curar. Nosotros somos esa sabiduría; está dentro y alrededor de nosotros. Rectifiquemos ahora las argumentaciones de la M-1 sobre nuestra salud (véase la pág. 45) desde la visión holográfica.

En lugar de decir «He pillado tu resfriado», podríamos decir: «Mi resfriado es una señal de que tengo que equilibrarme. He debilitado mi sistema inmunitario, haciéndolo vulnerable a un virus. Probablemente no presté atención a lo que necesitaba. Debo cuidar mejor de mí mismo. ¿Qué tengo que hacer para restablecer el equilibrio? Estamos conectados por el hecho de que ambos hemos creado un resfriado. Es probable que tú también debas cuidar mejor de ti mismo».

En vez de decir «Tengo mal la espalda», podríamos decir: «Mis dolores de espalda me dicen que estoy volviendo a refugiarme en mí. Ha llegado el momento de aclarar mis intenciones y alinearme con ellas. De esas claras intenciones resultará una nueva relación con mi espalda que incluirá formas de cuidar de ella hasta ponerla "bien". Cuanto más tiempo permanezca conmigo mismo en mi verdad, más lo harán los demás».

En lugar de decir «Mi estómago me está causando problemas otra vez», podríamos decir: «Vuelvo a estar resentido conmigo mismo y acumulo la tensión en mi estómago. Ha llegado el momento de liberarme y administrarme un poco de ATC (atención tierna y cariñosa)».

En vez de decir «Odio mis caderas porque son demasiado anchas», podríamos decir: «Estoy almacenando mi odio en mis caderas y ensanchándolas para que puedan contenerlo todo».

Esta nueva manera de relacionarse con la enfermedad no implica que dejemos de someterla al tratamiento de un profesional. Pero pone el acento en cómo la hemos considerado durante todo este tiempo y cómo debemos transformarla para mantener un estado sano. También abre nuevas posibilidades de acceder al estado de salud. En cuanto interrumpimos los viejos hábitos que mantenía la enfermedad en su sitio y cambiamos de actitud, automáticamente pensamos sobre el problema de un modo distinto. Ya no somos una víctima inconexa; para empezar, teníamos algo que ver con ese problema. Así, en nuestra nueva libertad, podremos abrirnos nuevos caminos que antes no teníamos. Y, al mismo tiempo, ayudaremos a los demás a abrir nuevas sendas para sí mismos y para otros.

El desafío de la visión holística

El desafío que se nos plantea, en calidad de pacientes y sanadores, es el de aceptar las oportunidades que nos brinda el modelo holográfico, comprender en qué consisten, y aprender a utilizarlas. Nuestra verdadera realidad principal es la realidad de la conciencia y la energía. Toda ciencia que se concentra en la realidad secundaria o material del mundo físico está basada en la ilusión y es, por tanto, ilusoria. Si esto es así, y hay pruebas que confirman esta teoría, nuestro mundo es, de hecho, muy distinto a como suponemos que es a partir de las definiciones tridimensionales que le atribuimos. Nos costará un poco acostumbrarnos, porque estamos demasiado habituados a las definiciones que atribuimos a nuestro mundo.

En primer lugar, debemos cambiar personalmente para aceptar la perspectiva holográfifica. Esto pone a prueba nuestra sensación de identidad y requiere grandes dosis de autorresponsabilidad. Nos exige asumir mucha responsabilidad sobre lo que hacemos, tanto a nosotros mismos como a los demás. En el ámbito de la salud, nos hace muy responsables de cuidar de nuestra salud. Y, al mismo tiempo, nos proporciona unos recursos ilimitados con los que hacerlo. En este estadio de nuestro desarrollo, nos resulta imposible imaginar el enorme poder, conocimiento y energía potenciales que nos aguardan dentro de esa realidad principal.

Revisión del viejo diagnóstico mediante el modelo holográfico

Las respuestas a lo que la ciencia médica llama «remisión espontánea» o «milagro» residen en el modelo holográfico. En él, una enfermedad es equivalente a la imagen de la manzana suspendida en el aire que en realidad no está allí. Es una señal de algo más. Es una señal de las energías subyacentes desequilibradas que la crearon. Lo que la medicina tradicional denomina «enfermedad» es una señal del verdadero desequilibrio que se contiene más adentro, en la psique humana. O también puede decirse, desde la perspectiva del sanador, que la enfermedad es la manifestación fisica de un trastorno más profundo.

En el modelo holográfico, todo está conectado. Por ejemplo, conectamos la incapacidad de un páncreas para funcionar correctamente a nuestra incapacidad para absorber el dulzor en otras áreas de la vida. El páncreas está vinculado no sólo a la digestión de los dulces que ingerimos, sino también a nuestra capacidad para mantener el dulzor en la vida, en nuestras relaciones y en nuestra nutrición personal. Esto puede parecer una idea extravagante, al principio. Pero cuando se observa el funcionamiento del campo energético humano, resulta un hecho patente. En una persona con un páncreas sano, podemos apreciar correlaciones energéticas directas entre el campo energético del páncreas y la capacidad de esa persona para conectar con campos de energía que corresponden al dulzor universal.

Cuando pensamos en términos holográficos, nuestros síntomas son aliados. La verdadera función de los síntomas es la de informarnos de que algo en nuestro interior está desequilibrado. Es como si el síntoma fuera el extremo de un hilo que asoma por debajo del sofá de la abuela. Si seguimos ese hilo, llegaremos al ovillo de lana que el gato dejó allí después de jugar con él. Dentro del ovillo está la causa de la enfermedad.

Los pacientes necesitan instrucciones para concentrarse en la realidad interna y más profunda y en sus demás energías creativas curativas en lugar de en el diagnóstico, sobre todo en los casos «incurables». Desde el punto de vista holográfico, la predisposición natural de cada persona es la de estar sana o recuperar la salud del modo más natural. Yo denomino este proceso natural hacia la salud *sistema de equilibrado.* Todo el mundo posee un sistema de equilibrado. La mayoría de sistemas de equilibrado son muy sólidos, pero pueden ignorarse e interferirse. Es responsabilidad de cada individuo escuchar y responder a su sistema de equilibrado.

Capítulo 4
CÓMO SATISFACER SU SISTEMA DE EQUILIBRADO

Usted contiene en su interior un prodigioso sistema de control y equilibrio que ha sido diseñado para mantenerle a usted, su campo aural y su cuerpo fisico en perfectas condiciones de funcionamiento. Yo lo llamo «sistema de equilibrado». Este sistema sostiene su modelo personal de integridad. Cada vez que se desequilibra algo en sus cuerpos energéticos o en su cuerpo fisico, este sistema se esfuerza automáticamente para restablecer el equilibrio. La mayor parte de este sistema funciona por debajo del nivel de su conciencia. La sabiduría almacenada en este área de su ser es probablemente mucho mayor de la que usted es consciente. Tan sólo estamos empezando a aprender a utilizarla conscientemente.

En el pasado, no hemos concedido demasiada importancia a nuestro sistema de equilibrado, porque se opone directamente al concepto de entropía que se deriva de la metafisica M-1. La segunda ley de la termodinámica demuestra que los sistemas se descomponen y deterioran constantemente, y que no es posible extraer de un sistema más energía de la que se deposita en él. Si se deja un trozo de hierro expuesto a la lluvia, se oxidará. La madera se pudre; las hojas se marchitan; y nosotros envejecemos y morimos. La energía de un sistema siempre termina por agotarse. No se puede construir una máquina de movimiento perpetuo. Dentro del sistema M-1, esperamos el deterioro en todo.

Pero si se aplicara esta ley al mundo entero, supondría una involución en la evolución, que, como podemos comprobar con sólo mirar a nuestro alrededor, no es verdad. Las formas biológicas evolucionan continuamente en sistemas más desarrollados, inteligentes y especializados.

Rupert Sheldrake, doctor en Filosofia, bioquímico y autor de *A New Science of Life (Una nueva ciencia de la vida), The Presence of the Past (La presencia del pasado) y The Rebirth of Nature,* estudió los sistemas biológicos y desarrolló el concepto de los campos morfoge-néticos y la teoría de la resonancia mórfica. Sus trabajos demuestran que las formas biológicas evolucionan constantemente a través de un campo vital unificado e inteligente subyacente: el campo morfogenético. Este campo vital mantiene automáticamente la salud o tiende a restablecerla. Este campo no sólo está vivo y en constante evolución, sino que tiene una resonancia mórfica con todos los demás campos vitales. Es decir, está en contacto y se comunica con todas las demás formas de vida. Lo que le ocurre a una criatura se comunicará a todas las demás criaturas a través de la resonancia mórfica. Aquello que aprende una criatura se transmitirá, en un momento u otro, a todas las demás criaturas.

Su sistema de equilibrado es un campo morfogenético, basado en el principio vital universal de orden que se deriva de la metafisica M-3 y del modelo holográfico. La evolución construye continuamente formas de vida cada vez más complejas y evolucionadas, con una inteligencia y unas aptitudes cada vez mayores. Esta construcción continua requiere más orden y equilibrio dentro de cada sistema más complejo. En cada organismo vivo hay una predisposición al equilibrio y el orden. En lo concerniente a los campos energéticos, esto supone una predisposición al equilibrio y la coherencia dentro de su campo. Además, significa que su campo tiende naturalmente a la sincronización con todos los campos de energía vital. La naturaleza básica de usted es la de estar sincronizado con toda la vida.

En el nivel fisico, su sistema de equilibrado funciona automáticamente. Si su estómago necesita más ácido, no se molesta en decírselo; se limita a producir más. Si usted necesita más oxígeno, su cuerpo respira más rápida y profundamente.

Por otro lado, si el cuerpo necesita algo que no puede suministrarse por sí mismo, el sistema de equilibrado actúa a través de los sentidos para anunciarle que debe ocuparse de ello. En el primer nivel del campo, usted experimenta todas las sensaciones corporales. Si tiene sed, lo sabrá a través del primer nivel del campo. Puesto que todo lo que hay en el campo energético puede considerarse en términos de frecuencias, cuando usted tenga sed, el primer nivel de su campo aural estará bajo en frecuencia de agua. En otras palabras, una deficiencia de frecuencia de agua en el primer nivel del campo provoca la sensación de sed.

Cuando el primer nivel del campo está bajo en energía -por un exceso de actividad, por ejemplo-, sus vibraciones normales disminuyen y sus líneas se debilitan. Usted experimenta este cambio en su campo sintiéndose cansado. De este modo, el primer nivel de su campo le dice constantemente cómo debe ocuparse de su cuerpo. Le dice cuándo necesita ejercicio, sueño, comida, ropa más fresca o de abrigo, cuándo debe cambiar de postura, despejar las fosas nasales, ir al baño, etc. Sentirse bien, sano y vigoroso corresponde a un primer nivel del campo aural cargado, equilibrado y cohesionado.

A medida que empecé a ahondar en estos procesos con mis pacientes, veía con claridad que los mensajes que informaban a los pacientes de aquello que requería atención procedían de todos los aspectos de su vida. Su sistema de equilibrado le ayuda a cuidar mejor de sí mismo en todos los niveles. Cuando usted hace, siente o piensa cosas que no son saludables para usted, su sistema de equilibrado le enviará mensajes para convencerle de que adopte una conducta más saludable para usted en todos los aspectos de la vida, entre ellos sus relaciones personales, su profesión, su entorno y su espiritualidad. Esos mensajes proceden de los demás niveles de su campo aural y se perciben, también, de la simple sensación de molestia. El tipo de molestia corresponderá a los tipos de experiencias vitales asociadas a cada uno de los niveles del campo aural, como vimos en el capítulo 2. La molestia o el dolor psicológicos vendrán de un desequilibrio en los niveles asociados a su funcionamiento psicológico, los niveles dos y tres. El dolor o la incomodidad en las relaciones procederá de un desequilibrio en el nivel cuatro, mientras que el trastorno o dolor espiritual se derivará de un desequilibrio en los niveles cinco, seis y siete.

Permanezca atento a estas formas dstintas de mensajes de su sistema de equilibrado. Manténgase sintonizado y preste atención a cómo se siente en diversas situaciones de la vida. ¿Qué siente respecto a su equilibrio psicológico? ¿Qué siente por las personas con las que se relaciona? ¿Se siente espiritualmente conectado y satisfecho?

Usted puede cambiar las situaciones en las que no se siente bien, sean cuales fueren. Son insalubres. Quizá necesite más nutrición en determinadas áreas. Tal vez desee dedicar menos tiempo a otras. Puede optar por dejar atrás ciertas situaciones, liberarse y dejar que su vida cambie. En cuanto aprenda las fases por las que debe pasar para cambiar su salud y su vida (véase el capítulo 7) y las necesidades humanas verdaderas y naturales que usted alberga y que le aportarán la salud una vez satisfechas (véase el capítulo 8), el resto de este libro le proporcionará la información específica y detallada que puede utilizar para equilibrar su vida. Esto infundirá salud y alegría a su vida.

Cómo ocurre en la vida cotidiana el desequilibrio que conduce a la enfermedad

No obstante, usted puede convencerse a sí mismo de que resulta más fácil aclimatarse a una situación insalubre que cambiarla. Muchas personas se empeñan en negar muchas áreas de su vida porque les parece

muy dificil o imposible cambiarlas. Para algunas de ellas, el precio parece demasiado alto como para intentar el cambio. Parece más sencillo convencerse a sí mismo para aceptar de la vida menos de lo que quiere o necesita que pagar un precio aparentemente demasiado alto como para correr el riesgo de cambiar. Esta clase de rechazo puede persistir durante años hasta que las circunstancias de la vida obligan al cambio, generalmente en el contexto de una crisis personal. Por desgracia, es precisamente esto lo que provoca muchos de los trastornos fisicos que sufre la gente.

Cómo y cuándo responde usted a un desequilibrio, y en consecuencia a las señales de incomodidad enviadas por su sistema de equilibrado en sus niveles aurales, tiene mucho que ver con la salud de su cuerpo. Cuanto más capaz sea de responder a esas exigencias, más en forma mantendrá su cuerpo y más fuerte será su sistema inmunitario para combatir las posibles enfermedades.

Para conservar la salud, es necesario mantenerse alineado con el propio sistema de equilibrado. Si usted se encuentra en un estado de salud precario, la tarea que le aguarda es alinearse conscientemente con su sistema de equilibrado, restablecer su sabiduría y seguir sus consejos. La mayoría de la gente ignora muchos de esos mensajes cuando cree inconveniente satisfacerlos. Veamos un ejemplo sencillo de lo que ocurre cuando se ignora un mensaje.

Si usted no concede a su cuerpo el sueño que necesita cuando lo necesita, su cuerpo incurrirá en un estado de sobreesfuerzo. Las glándulas suprarrenales le proporcionarán la energía suplementaria para proseguir su actividad. Si convierte esto en un hábito, empezará a experimentar el estado de sobreesfuerzo adrenalítico como normal. Esto implica que ya no será capaz de reconocer el mensaje «estoy cansado y necesito descansar» que envía el sistema de equilibrado de su cuerpo. Si persiste en ese sobreesfuerzo, las glándulas suprarrenales terminarán por gastarse, y usted puede sufrir un «agotamiento». Lo que sucede en el agotamiento, como saben muchos terapeutas, es que el paciente pierde la mayor parte de su energía. Y no resulta fácil recuperarla. Aunque usted experimente un estallido de energía, no durará mucho, y tendrá que descansar. A veces se necesitan hasta tres meses para volver a una rutina de trabajo normal. Usted no sólo ha agotado las fuentes de energía normales de los procesos metabólicos de su cuerpo, sino también ha agotado sus reservas, que se obtienen de las glándulas suprarrenales.

Conceda a su cuerpo la cantidad de descanso que necesite y cuando lo necesite. Recuerde que existen directrices generales para dormir por la noche, pero no hay nadie igual. ¿Cuándo le gusta dormir a su cuerpo? ¿Es usted un pájaro matutino o una lechuza? ¿Necesita siete, ocho o nueve horas de sueño reparador por la noche? Establezca su propia rutina.

Concédase un respiro a la hora del día a la que suele sentirse cansado. Además de aprovechar el descanso nocturno que cada cual necesita, he descubierto que un breve descanso de cinco a diez minutos tan pronto como uno se siente cansado resulta de gran ayuda. Es una necesidad para quien padece problemas de espalda. La mayoría de las recaídas se producen cuando una persona está cansada o hambrienta. Busque formas nuevas y creativas de descansar durante breves períodos allí donde esté. Así, por ejemplo, puede efectuar una sencilla meditación si puede disponer de cinco minutos para estar a solas en su despacho o incluso en el baño. Hágalo sentado, con la espalda recta y los ojos cerrados, respirando hondo mientras mantiene su mente concentrada en una luz situada en el centro de su cabeza. Le sentará de maravilla, y nadie le echará de menos. Si puede cerrar la puerta de su despacho durante unos minutos, lleve una alfombrilla, o incluso una toalla de playa, al trabajo. A la hora del descanso, extienda la toalla en el suelo, tiéndase sobre ella con las piernas flexionadas a la altura de las rodillas y apoyadas sobre el asiento de su silla. Ésta debería ser lo bastante alta como para permitirle levantar ligeramente su espalda con un pequeño tirón de la parte posterior de las rodillas. Otras maneras de descansar consisten en desentumecer las extremidades a menudo o dar cortos paseos. Comprobará que la jornada le resulta mucho más plácida. Si es usted autónomo, dispondrá de un mayor control sobre su rutina de trabajo que si tiene un empleo de nueve a cinco. Pero incluso las personas que cumplen un horario intensivo y fijo pueden aprender a descansar durante las pausas. Si usted es un profesional de la asistencia sanitaria o trabaja en una consulta, procure no programar sesiones que lleven mucho tiempo. A mí, por ejemplo, me gusta echar una siesta de treinta a cuarenta minutos inmediatamente después de almorzar los días en los que doy largos programas de formación. Me refresca completamente, y vuelvo al trabajo como si empezara un nuevo día. La mayoría de personas no se dan cuenta de la libertad que tienen para programar este tipo de cosas. Es como aficionarse a la meditación o al ejercicio; en cuanto usted ha decidido por fin hacerlo, no tiene dificultades para encontrar el tiempo.

Su sistema de equilibrado funciona también con la comida. Cuando usted necesita alimento, tiene hambre. Dispone de un apestato dentro de su sistema. Funciona de manera muy similar al termostato de su horno, que enciende o apaga el horno según la temperatura a la que lo programe. Si ha podido ponerse en contacto con su apestato de una forma clara, tendrá hambre sólo cuando su cuerpo necesite alimento. Y usted deseará el tipo de comida que le dará exactamente lo que su cuerpo necesita cada vez que tiene hambre. Sabrá también qué cantidad de comida requiere el cuerpo. Dejará de comer cuando el cuerpo ya tenga bastante, en lugar de «rebañar el plato» como si la comida fuera más importante que su cometido.

Veamos cómo funciona su apestato en lo que se refiere al campo aural. Usted tiene hambre porque su campo carece de determinadas frecuencias que pueden encontrarse en ciertos alimentos que usted está acostumbrado a ingerir (suponiendo que lleve una dieta completa y equilibrada). La falta de tales frecuencias provoca el apetito de los alimentos específicos que contienen esas frecuencias. Cuando se han restituido las

frecuencias, usted ya no siente hambre de la comida que corresponde a la frecuencia concreta, que ahora está recargada en su campo. Sin embargo, usted puede seguir teniendo hambre de las frecuencias que no ha restituido. Por lo tanto, es importante encontrar esa clase de alimento para satisfacer sus necesidades de frecuencia.

Por qué ignoramos nuestro sistema de equilibrado

Cada vez que algo requiere una atención suplementaria y usted ignora el mensaje de incomodidad que transmite el sistema de equilibrado, éste le mandará un mensaje más alto en forma de dolor. Si este mensaje no se considera importante, st hará todavía más alto. ¿Cómo? El dolor será más intenso. Este proceso continuará hasta que usted haga algo al respecto.

Pregúntese a sí mismo: ¿Dónde se localiza la molestia o el dolor en mi cuerpo? ¿Cuánto hace que lo sé? ¿Qué he hecho al respecto? Si se plantea estas preguntas, tomará conciencia casi de inmediato de las molestias en su interior que usted se ha acostumbrado a ignorar, posiblemente durante años. Todos lo hacemos. Cuanto más tiempo ignoramos los mensajes y los síntomas, más fuerte sonarán esos mensajes. Y los síntomas serán más agudos. Incluso creamos enfermedades negándonos simplemente a responder a los mensajes y a cuidar de nosotros mismos.

¿Por qué nos empeñamos en esta actitud? Existe un motivo principal: el miedo. Debajo del rechazo subsiste el miedo. Tememos aquello que deberemos afrontar si abandonamos la actitud de rechazo. Yo lo llamo «miedo a la fiera interior».

Todo el mundo tiene miedos. ¿Cuáles son los suyos? Es su miedo lo que frena y bloquea su *capacidad de respuesta* a los mensajes de su sistema de equilibrado. Cuando usted no responde a su sistema de equilibrado, crea más dolor en su vida. Su miedo y la negación del mismo le aproximan más a la creación de aquello que usted teme en la vida bloqueando su capacidad natural de restablecer el equilibrio. Esto se aplica a todas las personas, a todas las enfermedades, e incluso a aquellos que no se consideran enfermos. (Los médicos han afirmado que suele haber muchas enfermedades presentes en el interior de seres humanos normales que se consideran sanos.)

Si usted acepta que el rechazo de su miedo bloquea su curación natural y el proceso de crecimiento, le será más fácil recordar que sus síntomas son aliados. Le mantienen informado sobre su estado de salud. ¿Hasta qué punto es capaz de responder a ellos? ¿Cuál es su *capacidad de respuesta?*

El rechazo puede plantear un problema muy grave. Así, por ejemplo, en cierta ocasión vino a verme una persona que poseía un alto nivel de rechazo. Tenía exceso de peso, y llevaba un maquillaje exagerado, gafas de sol y una peluca. Era imposible saber cuál era su aspecto real. Me contó que acababa de poner fin a una relación, había perdido su casa, y carecía de amigos y dinero. Había contraído un enorme tumor cancerígeno en la zona de la mandíbula y la garganta. Se lo habían diagnosticado dos años antes, y le habían prescrito un tratamiento. Ella decidió «curarse» a sí misma sin ayuda porque había logrado «curar» a su gato. Cuando acudió a mí, mi elevada percepción sensorial me permitió ver que el tumor se estaba extendiendo hacia la columna vertebral, en la región del cuello. La paciente sentía un hormigueo en los brazos por la presión de sus nervios. Era obvio que necesitaba algo más de lo que yo podía darle. La probabilidad de que yo pudiera reducir el tumor a tiempo de, impedir que le dañara la columna vertebral era extraordinariamente pequeña. Había acudido a mí demasiado tarde. Necesitaba tratamiento médico, de cirugía y quimioterapia, sin más dilación. La convencí de que fuera a ver a otro médico, uno que trabajaba con sanadores, pero ella no compareció a la cita con él. Tampoco regresó para someterse a más curaciones. No volví a verla jamás. La mayoría de la gente no persiste en este tipo de rechazo mucho tiempo. El miedo de aquella mujer era muy grande.

El rechazo puede posponer una solución a un problema tanto tiempo, que cuando llega la solución tiene un carácter drástico. Una amiga mía experimentó un cambio brusco provocado por un intenso rechazo en el cuarto nivel del campo aural. Se negaba a admitir los problemas en su matrimonio. Su marido le dijo que fuera a casa a comer el día del cumpleaños de ella porque le tenía reservada una sorpresa. Cuando ella llegó, él le dijo que la dejaba por otra mujer. De hecho, el marido se había pasado media mañana trasladando la mitad de sus cosas. Se marchó, y ahí acabó todo. Ella no había tenido ni idea de que existiera algún problema en su relación matrimonial. A partir de entonces tuvo que vivir una crisis muy dolorosa. Evidentemente, el trauma cambió bastante su vida.

¿Por qué se empeñaba en negarlo? Porque tenía miedo de que, si admitía los problemas de comunicación en su matrimonio, no podría resolverlos. Temía perder su matrimonio. Y lo hizo. Fue muy duro. Habría podido arreglarlo con su ex-marido, o realizar el cambio de un modo menos traumático, si su rechazo no hubiera sido tan intenso y si se hubiera atrevido a afrontar su fiera interior. Ha vuelto a casarse, y ahora comparte una relación mucho más comunicativa. Se siente muy complacida del desenlace.

Crea en usted; probablemente tenga razón

Es importante creer en su sistema de equilibrado y, al mismo tiempo, ser receptivo a la entrada de energía de los profesionales del cuidado de la salud y de los amigos de confianza. Si recibe mensajes conflictivos, busque una respuesta que solucione el conflicto. Si un médico le dice que no hay nada anómalo, pero su sistema de

equilibrado no está de acuerdo, recabe la opinión de otro médico. Crea en los mensajes que proceden de su sistema de equilibrado y siga sus instrucciones. Se alegrará de haberlo hecho.

Así, por ejemplo, una amiga mía supo a través de un médico que el tumor que se desarrollaba en su boca no era maligno. El médico le hizo incluso una biopsia. No obstante, ella siguió soñando en hilos negros de residuos que debían extraerse de su boca. Hasta tuvo un sueño en el que le extirpaban el cáncer de la boca. No sabía qué hacer respecto a los dos mensajes contradictorios que recibía. Por fin, se sometió a otra biopsia que reveló un tumor maligno. Por suerte, lo hizo antes de que el cáncer se hubiera metastasiado. Por desgracia, ya habían transcurrido ocho meses y hubo que recurrir a terapia de radiaciones. Ya han pasado varios años desde su tratamiento, y mi amiga está bien.

En los quince años que he ejercido de sanadora, he observado que la mayoría de pacientes conocen la causa de su enfermedad cuando acuden a mi consulta. Hablan de ella durante los primeros momentos de la entrevista inicial. Muchas veces, saben también qué anomalías fisicas padecen. Quizá no conozcan el nombre técnico de su problema, pero saben que algo va mal. Por lo general, identifican los órganos corporales implicados. Yo he descubierto que el sistema de equilibrado da muy a menudo información sobre una enfermedad antes de que haya empeorado lo suficiente como para manifestarse en muchos de los análisis que emplea nuestro sistema médico para la diagnosis. Esto significa que el paciente está informado de su enfermedad mucho antes de que ésta sea constatada por nuestro sistema médico. Veamos algunos buenos ejemplos de personas que creyeron en sí mismas, aun cuando no pudieran obtener respuestas de inmediato.

David recabó ayuda durante seis años a distintos médicos y profesionales del cuidado de la salud para aliviar sus síntomas de agotamiento y mala digestión. Todas las pruebas, que incluyeron análisis de sangre, orina y cabello, demostraban que estaba sano. Muchos médicos le dijeron que la afección estaba sólo en su mente, y que debía dejar de pensar en ello y reanudar su vida normal. Aparentemente, su problema era de carácter subclínico, lo cual significa que las pruebas no eran lo bastante precisas para registrarlo. Los síntomas de agotamiento y mala digestión persistían en David. Por último, acudió a mí. Cuando lo hizo, estaba seguro de que tenía una infección en el hígado, y creía que se trataba de hepatitis. Cuando examiné su campo energético, pude constatar que tenía múltiples infecciones en el abdomen. También fui capaz de leer psíquicamente un medicamento que mejoraría su condición. David obtuvo una prescripción de un médico que coincidió con mis observaciones. Mediante una combinación de ese medicamento y sesiones curativas, David recuperó la salud.

Una mujer a la que llamaré Ellen vino a verme tras visitar a numerosos médicos durante seis meses. También en este caso, su sistema de equilibrado transmitía una información subclínica. Los médicos no hallaron nada anómalo y le dijeron que era una hipocondríaca. Este diagnóstico, por supuesto, no eliminó sus síntomas. Ella siguió debilitándose cada día. Cuando acudió a recibir clases de curación, pude ver, «psíquicamente» que aquella mujer estaba siendo envenenada por unas emanaciones de gas que se filtraban por entre las tablas del suelo de su casa, y que además era alérgica al polvo de unas viejas alfombras que habían estado allí durante años. «Leí» también que tanto ella como sus hijos debían someterse al examen de un psicoinmunólogo. Le aconsejé que se deshiciera de las alfombras y que revisara su horno.

Resultó que había comprado la casa y se había instalado en ella tan sólo seis meses antes. Entonces recordó que había estado pensando que su enfermedad tenía algo que ver con su casa, pero no sabía qué. Después de su curación, regresó a su casa e hizo revisar el horno. Registraron fugas de gas en varios sitios. Ellen cambió el horno, tiró las alfombras viejas, e inmediatamente empezó a sentirse mejor. Ahora ya está bien. Tras examinar a sus hijos, el psicoinmunólogo dijo que si las fugas hubiesen continuado durante tan sólo un par de semanas más, los niños habrían contraído lesiones cerebrales y su madre habría enfermado gravemente.

La función holográfica de su sistema de equilibrado

Mientras seguía ahondando en los procesos del sistema de equilibrado con mis pacientes, observé que los mensajes directivos que procedían de todos los aspectos de su vida presentaban una similitud. Esos mensajes funcionaban holográficamente. Su contenido básico era el mismo. Si un individuo tenía problemas con el páncreas, que desempeña un importante papel en la digestión de dulces, lo más probable era que tuviera dificultades con el dulzor en otras áreas de su vida. Y también en éstas se registraban claras señales de incomodidad. Así, por ejemplo, las personas que tienen problemas para digerir el azúcar tendrán dificultades también para experimentar el dulzor en otros aspectos de su vida, como en las relaciones conyugales o familiares, en el trabajo o en las actividades de ocio. Aquí tenemos otro ejemplo del funcionamiento holográfico del universo.

Veamos este fenómeno desde la perspectiva del campo aural. El dulzor se experimenta como un sabor físico en el primer nivel del campo. En el segundo, se experimenta como el dulzor de una buena relación con uno mismo. En el tercero, es un pensamiento dulce; en el cuarto, el dulzor que aportan las relaciones íntimas; en el quinto, el dulzor de la nítida voluntad divina; en el sexto, el dulzor del éxtasis espiritual; en el séptimo, el dulzor de la mente universal. Y, más allá, existe la energía cósmica del dulzor entretejido en el tapiz del universo.

Otra forma de contemplar el concepto de una dificultad entretejida holográficamente en su vida consiste en considerar las relaciones de las bandas de frecuencia que integran el campo aural. Puesto que los niveles del CEH pueden verse como bandas de frecuencia, cada experiencia personal guarda relación con esas bandas de frecuencia energética. Una experiencia personal de dulzor puede considerarse como una frecuencia o banda de frecuencia distinta para cada nivel del campo. Estas frecuencias de dulzor de los distintos niveles del campo se relacionan con las demás tal y como lo hacen los armónicos en la música.

Si un campo aural tiene dificultades para metabolizar una frecuencia concreta en un determinado nivel del campo aural, probablemente encontrará dificultades similares para metabolizar sus armónicos relacionados en los demás niveles del campo. La salud requiere que una persona sea capaz de aceptar y asimilar (es decir, metabolizar) el dulzor en todos los niveles del campo aural.

Reformulemos ahora las preguntas básicas desde el punto de vista holográfico. ¿Dónde se localiza la incomodidad/dolor en su vida? ¿Desde cuándo sabe de ello? ¿Qué ha hecho al respecto? Cuanto más tiempo lo haya ignorado o negado, más grave puede ser la situación.

Una vez que haya localizado la molestia, revise todas las demás áreas de su vida y fíjese en que el mismo hilo de la incomodidad está allí, entretejido a lo largo de toda su existencia. Ése es el verdadero problema, el que está entretejido a lo largo de toda su vida. Le afecta en todas las áreas de su vida, no sólo en aquella en la que más se manifiesta.

Si usted sufre molestias en la espalda, ¿qué otras áreas de su vida se resienten? Yo busco de inmediato algo que el paciente siempre ha deseado hacer y no se ha considerado nunca capaz de hacerlo. Este problema específico tiene mucho que ver con el anhelo espiritual profundo que cada uno de nosotros conserva en su interior. Este anhelo dirige nuestra vida desde un nivel espiritual. Suele estar en el límite de la conciencia. A veces, la persona no ha pensado en él durante años. Otras veces, tiene miedo de intentarlo, o bien lo evita. Por lo general, hay unas vocecitas interiores que dicen: «¿Quién crees que eres?», o «No eres lo bastante bueno», o «No tienes el/la suficiente para hacerlo».

Un paciente que trabajaba en el departamento de ventas de una gran empresa de máquinas electrónicas guardaba cama el 80 % de su tiempo cuando vino a verme. Gracias a la EPS, pude ver con claridad que ese hombre tenía muchas ideas ingeniosas que no compartía con su empresa. Con la actividad curativa, su espalda mejoró hasta cierto punto, pero no se recuperó del todo hasta que empezó a consagrar algún tiempo a sus proyectos especiales. Ahora, su empresa los utiliza, y él se siente mucho mejor. Fue capaz de destinar una parte de su tiempo a la investigación y a actividades de diseño. Era algo que siempre había deseado hacer.

Si flojea de piernas, ¿de qué manera no se levanta por sí mismo en todas las demás áreas de su vida? Muchas veces, las personas que tienen problemas de piernas no se defienden. O, en otros casos, no pueden vivir con lo que ganan. A veces, sólo necesitan que alguien se ocupe de ellas, y ésa es la única forma en que pueden pedirlo. En cuanto se satisface la necesidad o el anhelo original, la curación se acelera. Una mujer que se pasó diez años guardando cama tras una operación, consiguió que toda su familia se ocupara de ella. Por fin se sintió satisfecha, y tuvo la brillante idea de alquilar los servicios de un paseador de perros para que la acompañara en sus paseos. Dio resultado, y ahora se siente mucho más libre.

Si tiene problemas para asimilar alimentos, ¿qué otras cosas en su vida que recibe como nutrición le cuesta asimilar? Una de mis pacientes, una mujer de mediana edad que tenía problemas digestivos, hallaba dificultades también para recibir el alimento que le aportaban sus amistades. Simplemente, temía que aquello que recibiera le hiciera daño. Tenía unos hábitos alimentarios deficientes, y no se molestaba en despachar tres comidas al día. Durante su proceso curativo, encontró una buena dieta que nutría su cuerpo. A medida que recuperaba sus fuerzas, también era capaz de aceptar lo que le ofrecían los demás de un modo desconocido en ella. Sus amigos le animaban a regalarse cosas que jamás se hubiese atrevido a comprarse. Su marido la llevó de vacaciones, algo que no había hecho nunca antes. Tuvo una casa nueva y la amuebló por primera vez en su vida.

Si tiene problemas de tiroides, ¿cómo regula la energía en su vida? (La glándula tiroides regula el metabolismo energético del cuerpo.) Joan, una ocupada mujer de negocios, trabajaba a todas horas, durante años, hasta que agotó su tiroides. Era incapaz de controlar dónde invertía energía en su vida, derrochándola en su trabajo. Cuando Joan leyó el libro *Usted puede sanar su vida,* de Louise Hay, se dio cuenta de que un planteamiento relacionado con el problema de tiroides es: «¿Cuándo me tocará a mí?». Joan dijo que se sentía realmente vinculada a esto. Siempre había una tarea siguiente por hacer y nunca disponía de tiempo para ella. Al final, Joan abandonó su trabajo, y ahora lleva una vida mucho más relajada.

El hígado tiene que ver con la manera de vivir la vida. Conozco un hombre que posee un hígado perezoso, y el resto de su vida es también perezosa. Jamás ha abandonado ese estado para hacer lo que quisiera. Ha pasado mucho tiempo fumando marihuana y deseando ser cantante.

Si las considera desde la perspectiva de que esas personas simplemente no sabían cómo metabolizar las energías que necesitaban directamente en su campo, sus experiencias tienen mucho sentido. El hecho de trabajar con la gente de esta manera les ayuda a descubrir y desterrar las mentiras en las que viven y favorece la curación en gran medida.

Por supuesto, no se trata de decir a alguien: «Oh, de modo que tiene las piernas débiles. Usted no sabe valerse por sí mismo». Este no es un planteamiento afectuoso. En cambio, es importante dirigir a la persona hacia el conocimiento de sí misma. Los sanadores no sólo restituyen la carencia de frecuencias en el campo, sino que enseñan a sus clientes a metabolizarlas por sí mismos. Los pacientes deben aprender que se traicionan al no darse lo que más ansían en su vida. El sanador les enseña que su problema físico concreto es mucho más que unas piernas débiles o un hígado perezoso. Es una insatisfacción del alma que ellos desean curar de veras.

El modelo holográfico resulta muy útil en tales enseñanzas. La enfermedad es, en realidad, algo muy simple. También lo es conocer su causa. Pero a la mayoría de las personas no se les enseña a identificar esa clase de «conocimiento». A los sanadores sí. Yo digo, por tanto, que la principal misión de un sanador es educar al paciente y familiarizarle con su sistema de equilibrado, ese lugar arraigado en nuestro interior que nos recuerda quién somos, qué necesitamos y cómo curarnos.

SEGUNDA PARTE

LAS TÉCNICAS DE CURACIÓN EN NUESTROS DÍAS

«El verdadero acto del descubrimiento no consiste en encontrar nuevas tierras, sino en ver con otros ojos.»
MARCEL PROUST

Introducción
MI PERSPECTIVA PERSONAL COMO SANADORA

Yo he practicado la curación durante unos quince años. Y he enseñado técnicas curativas durante trece años más. Algo que sé con absoluta certeza es que la curación y la enseñanza deben afrontarse con amor, humildad, valor y energía si queremos que sean efectivas. La curación y la enseñanza deben efectuarse a la luz de las verdades espirituales más profundas. Cuando viene a verme un paciente que necesita curación, soy consciente de que la necesidad más profunda que tiene cualquier persona es la de encontrar el camino a casa, a su verdadero ser, a lo divino que contiene en su interior. No importa qué es lo que le aqueja. La necesidad interna y profunda es siempre la misma. Al abrir el camino hacia el verdadero ser, los pacientes se curan solos.

Todos los sanadores y educadores deben dirigir su discurso. Para llegar a ser un sanador eficaz, se requiere mucho autodesarrollo, autotransformación y formación. La humildad y la meticulosa sinceridad con uno mismo son de suma importancia. Lo más dificil de la formación en las técnicas curativas no son las técnicas en sí, sino la evolución personal por la que hay que pasar para estar preparado para aprenderlas. Entonces las técnicas se aprenden con toda naturalidad. Por ejemplo, en mis años de enseñanza, he visto principiantes tratando de aprender técnicas avanzadas antes de estar espiritualmente preparados para acceder a la experiencia espiritual profunda que está conectada con la técnica. La consecuencia de ello es mucha fantasía y, en ocasiones, daños temporales en el campo energético de los demás alumnos. En otros casos, he visto personas que han participado en un taller de fin de semana, se han atribuido el título de sanadores, y han iniciado una práctica curativa. Muchas veces, esas personas efectúan curaciones ineficaces y pronósticos fantásticos. Algunas llegan incluso a anunciar curaciones prodigiosas en pacientes muy enfermos que terminan en el hospital.

El núcleo de la curación no consiste en las técnicas, sino en los estados de los que emanan esas técnicas. Cuando yo empecé a practicar la curación, por ejemplo, conseguía menos cosas en una sesión de hora y media que las que consigo ahora en cinco minutos, porque ahora puedo acceder a estados espirituales mucho más profundos y energéticos, que transmiten miles de veces más energía curativa no invasora que es extraordinariamente adecuada a las necesidades del paciente.

Cada vez que un cliente acude a un sanador en busca de curación, ha de tener en cuenta que la necesidad más intensa que todos tenemos es la de dar con el camino a casa, a nuestro verdadero ser, a lo divino que tenemos dentro. Las necesidades internas y profundas de todos los pacientes son siempre las mismas. Al abrir el camino hacia el verdadero ser, los pacientes se curan solos.

Los sanadores no obran milagros. Todo cuanto la curación puede hacer es lo que el cuerpo humano puede hacer. Puede hacer mucho, y hay cosas que no puede hacer. Que yo sepa, ningún ser humano ha regenerado nunca un miembro... hasta ahora. Pero apuesto que toda enfermedad que haya sido tachada de «terminal» ha sido curada o ha «remitido espontáneamente» merced a una persona, por lo menos. «Terminal» es el estado actual de la condición humana. Todos «moriremos». Mejor dicho, nuestro cuerpo fisico morirá. Pero

esto no implica que nosotros moriremos «dejando de existir» o incluso perdiendo la conciencia durante largo tiempo. Lo más dificil de la muerte fisica puede ser el miedo al encuentro con lo desconocido, a la separación respecto a los seres queridos y, en algunos casos, al dolor fisico asociado a la muerte.

Digo estas cosas a partir de la experiencia vital obtenida mediante lo que yo llamo «elevada percepción sensorial». Mucha gente lo llama «ser médium». Yo prefiero la expresión «elevada percepción sensorial, que designa el desarrollo de los sentidos más allá del alcance ordinario en que los usan la mayoría de seres humanos. No es tan extraordinario. Los cinco sentidos pueden extenderse más allá del alcance normal a través de un buen aprendizaje y práctica. Como en el caso de cualquier otra aptitud, algunas personas tienen más talento que otras. Cuando usted desarrolle la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto más allá del alcance normal, descubrirá un mundo nuevo. Se requiere un poco de práctica, pero si se concede el tiempo suficiente, usted puede integrar este nuevo mundo en su vida. Por supuesto que su vida cambiará, pero siempre lo hace de todos modos.

Cuando se utiliza la elevada percepción sensorial, una persona puede ver campos de energía rodeando e interpenetrándolo todo, incluso el cuerpo humano. Estos campos de energía están íntimamente relacionados con todas las funciones vitales y cambian constantemente según cada función vital, incluidas las funciones fisica, mental y espiritual. El campo energético humano, o aura, se compone de siete niveles de energía, como ya hemos visto. Cada nivel presenta unas pautas de energía variables que vibran con la fuerza vital. Cada nivel está integrado por vibraciones más altas que aquel que rodea e interpenetra. Esas pautas cambian con la salud, la enfermedad y el proceso de la muerte.

Cuando aprendemos sobre el campo energético humano y lo observamos por un tiempo, surge una nueva idea. El campo energético humano no es sólo un campo de energía. Es la persona. De hecho, es más la per-

sona que como lo es el cuerpo fisico. Los niveles del campo energético humano son, en realidad, cuerpos de energía. Son usted. Usted es energía. Usted no está en su cuerpo fisico; su cuerpo fisico está en usted. Así pues, desde esta perspectiva, cuando usted muere, sucede algo muy distinto.

Yo puedo «ver» una persona después de abandonar su cuerpo fisico en el momento de la muerte. Las personas que acaban de morir aún conservan algunos de esos cuerpos de energía. Se componen de los cuatro niveles más altos de sus cuerpos de energía, sin un cuerpo fisico en su interior. Los tres niveles inferiores, que mantienen el cuerpo fisico en su lugar, se disuelven en el proceso de la muerte. Para mí, la muerte es una transición. Es un gran cambio. Es un renacimiento en otro plano de la realidad. A menos que hayan sufrido una enfermedad muy larga, las personas suelen mostrarse bastante sanas poco después de morir. En los hospitales, suelen descansar «al otro lado» de la cortina que separa lo que denominamos normalmente la vida y la muerte. Para mí, esa cortina es ilusoria; tan sólo separa nuestro ser fisico de nuestro ser espiritual más elevado, que no muere en la muerte fisica. Desde este punto de vista, podemos contemplar la muerte fisica como la cortina que separa quien creemos ser de quien somos en realidad.

Todas estas cosas pueden parecer extravagantes, pero, si quiero mantenerme fiel a mi realidad, debo decirlas. Son reales para mí. Si no lo son para usted, no trate de meter a la fuerza mi experiencia dentro de su realidad. Usted debe construir su propia realidad a partir de su experiencia. En esa construcción, considere la posibilidad de que la vida es un misterio más grande del que conoce, y que independientemente de lo que la muerte represente para usted, existe la posibilidad de que sea una sorpresa ciertamente prodigiosa.

Otro aspecto de la elevada percepción sensorial consiste en percibir guías espirituales o ángeles de la guarda. Este nivel de realidad se revela cuando uno abre la elevada percepción sensorial al cuarto nivel del campo energético humano y a los niveles superiores. Al principio, pensé que tenía una visión o me imaginaba algo. Yo me disponía a efectuar una curación, y un ángel entraba en la habitación. Sabía que eran ángeles porque tenían alas. A los que no disponían de alas, les llamaba «guías». Pronto introdujeron sus manos a través de las mías mientras yo trabajaba con mis pacientes. Podía ver y sentir sus manos mientras trabajaban. Luego empezaron a decirme dónde había de colocar mis manos, y qué hacer en el transcurso de una curación.

Seguí aferrada a la idea de que era tan sólo una visión. Por supuesto, mis pacientes se ponían bien cuando yo hacía lo que mis guías me indicaban. Se produjo un gran cambio cuando decidí plantear preguntas a los guías. Me respondían cosas que yo no conocía ni podía saber. Nuestras interacciones habían establecido una relación entre nosotros. Yo podía ver, sentir, oír, oler, tocar e interactuar con ellos. Se habían convertido en algo tan real para mí como cualquier ser dotado de un cuerpo fisico. Esto requiere una cierta adaptación. No puede hacerlo todo el mundo, al menos no de inmediato.

Si los ángeles de la guarda y los guías espirituales no forman parte de su realidad, considere la posibilidad de que pudieran hacerlo. Quedaría gratamente sorprendido al ver cómo sus esfuerzos cotidianos se vuelven más cómodos aceptando la posibilidad de obtener ayuda con sólo pedirla y aprendiendo a reconocer la ayuda en cuanto llega. Usted puede hacer esto, aun cuando no pueda ver, oír, hablar con esos guías o sentirlos. Es una forma de abrir una puerta a la posibilidad de llegar a percibirlos. Eso es lo que yo hice, y dio resultado.

Al cabo de algún tiempo, me hice amiga de un guía concreto que me ha acompañado durante muchos años. Se llama Heyoan. Dice que no tiene género, pero me gusta referirme a él en masculino. He pasado muchos años sanando con Heyoan y con los guías de cada paciente que entran en la habitación junto con el paciente. Ahora, Heyoan y yo impartimos las clases de curación. Yo explico durante un rato, luego accedo a un estado de transformación y «canalizo» a Heyoan. Esto significa que Heyoan imparte una serie de enseñanzas a través de mí. Esto confiere a todos mis alumnos un nivel de comprensión espiritual mucho más elevado que si me dirigiera a la clase sin «canalizar». En cada clase surge una información nueva, que se añade a toda la que se ha transmitido previamente. Heyoan ha contribuido a varias meditaciones para la curación, que encontrará a lo largo de este libro.

Si, por otro lado, los ángeles de la guarda o guías no son una realidad para usted o no los considera aceptables, quizá prefiera referirse al fenómeno de la orientación espiritual como «obtención de información de un alter ego», «lectura mental» o simplemente «lectura psíquica». Para mí, lo importante no es la metáfora de la realidad que usted emplee para designar este fenómeno, sino la utilidad de la información que se obtiene mediante los estados de transformación de la conciencia. A medida que se comprenda mejor este fenómeno, estoy segura de que encontraremos mejores metáforas con las que describirlo.

Desde una perspectiva holística, según la cual todos consistimos en campos energéticos en los que reside nuestro cuerpo fisico, ¿qué es la curación? Es apartar el velo entre nuestra personalidad y nuestro núcleo divino interno. Es apartar el velo entre quiénes creemos que somos y quiénes somos en realidad. Es apartar el velo entre la vida y la muerte. Si un paciente acude a mí para preguntarme: «¿Voy a morir?», o «¿Significa la curación que voy a mejorar fisicamente?», le doy una respuesta acorde con el contexto del núcleo divino interno del paciente y de la realidad espiritual que ya he descrito anteriormente. La persona mejora ya muera o no, y la muerte es muy distinta en el contexto arriba expuesto.

Si un paciente pregunta: «¿Volveré a ser el mismo?», la respuesta es no, pero se da en el contexto de la vida como un cambio personal constante.

Si me preguntan: «¿Voy a mejorar?», la respuesta, dentro del contexto mencionado, es siempre afirmativa. Porque la vida es siempre un avance hacia la unificación con el todo divino.

La respuesta a «¿Volveré a andar?» suele ser: «No lo sé, pero es posible. Nada es imposible».

PREGUNTA: ¿Qué puedo hacer con ese espantoso dolor?

BARBARA: La curación suele mitigar la intensidad del dolor, pero no dude en tomar calmantes; son también una bendición de Dios. Los ejercicios de relajación y visualización contribuyen a reducir el dolor. El autorrechazo y la autocrítica incrementan el dolor. Sea indulgente consigo mismo. Usted no ha fallado. Es una lección de la vida. No se trata de un castigo. Dedique varios minutos al día a realizar los ejercicios de respiración, color y autoamor que se describen en la Cuarta Parte.

PREGUNTA: Estoy aterrorizado. Ayúdeme. Dígame qué debo hacer.

HEYOAN, mi guía, dice:

* * *

Dejad que el miedo sea vuestro aliado. El miedo tiene mucho que enseñaros. El miedo es la experiencia de estar desconectado de quiénes sois en realidad; es lo contrario del amor. El miedo puede ser un aliado si dejáis que lo sea, y limitaos a decir: «Tengo miedo». Al hacerlo continuamente, empezaréis a daros cuenta de que el miedo viene a ser un sentimiento. «Tengo miedo» se convierte en «Siento miedo». Es la reacción de retener sentimientos porque creéis que vienen demasiado rápido. Esos sentimientos se basan en un gran número de supuestos de lo que podría ocurrir. La mayor parte del miedo no procede de lo que ocurre ahora, sino de lo que podría suceder. Si sois capaces de permanecer en el momento presente, el miedo no os encontrará. El miedo es la proyección en el futuro de algo que aconteció en el pasado, a través de una enorme lente de aumento. Así pues, cuando vosotros tenéis miedo, no estáis en la realidad. Pero en lugar de negar lo que sentís, decid lo que sintáis en ese momento. Este simple acto os llevará al momento presente y, en consecuencia, os preservará del miedo.

* * *

PREGUNTA: ¿En qué será distinta mi vida?

BÁRBARA: Puesto que usted está enfermo, tal vez no pueda desempeñar su función dentro de lo que entendía como el objetivo de su vida. Es necesario que cambie su autodefinición. Conviene concentrarse en valores internos en lugar de en objetivos externos. Éstos ya volverán más adelante. Ahora es el momento de sanar lo interno. Aquello en lo que consiste su vida empezará a tener un significado personal mucho más profundo para usted. Se hará una idea del valor inapreciable de la vida en sí que no había conocido antes. Y obtendrá amor. Esto es siempre una lección inherente a la enfermedad. Su vida se verá afectada en muchas más formas de las que se imagina ahora. Ha llegado el momento de empezar a rendirse al proceso de la curación y a dejarse llevar por su sabiduría superior, que está conectada con lo divino.

Un paciente suele acudir primero a un sanador con la esperanza de hallar remedio al dolor o a un determinado síntoma, o de restablecerse de una afección específica, tal vez de librarse de un tumor. Y el paciente recibe siempre mucho más que eso. El objetivo del sanador no es sólo eliminar el dolor en la pierna o el tumor, sino también trabajar con el paciente para encontrar y curar la causa-raíz del síntoma o la enfermedad original. Esa causa se hallará en un nivel más profundo del ser interno del paciente.

En mi calidad de sanadora profesional, he presenciado toda clase de curaciones. Al principio vi cosas que me sorprendieron. Más tarde, comprendí que formaban parte del proceso natural de la curación. A medida que se abren los pasillos internos que conducen a las profundidades del ser interno, la experiencia vital del paciente cambia. Como cambia también el resto de su vida.

Todos hemos oído hablar de personas que, tras experimentar una enfermedad, han cambiado de profesión. No lo han hecho porque la enfermedad se lo haya exigido -por ejemplo, porque ya no fueran físicamente capaces de conducir un camión-, sino porque han dado con un objetivo distinto. Desean cambiar. La «simple» curación de una dolencia puede acarrear cambios espectaculares. Las relaciones personales cambian. Algunas curaciones inducen al matrimonio; otras llevan a la disolución de matrimonios que no aportaban nada a los cónyuges. En otros casos, una enfermedad implica la culminación de toda una fase de la vida. Entonces, el paciente cambia casi todo: su profesión, su casa, residencia geográfica, amigos, pareja... Algunas curaciones arreglan largas escisiones entre los miembros de una familia. A través de la curación, las personas adquieren un respeto y una confianza mucho mayores por su propio conocimiento interior. Mucha gente se refiere a esto como un «renacimiento».

Capítulo 5
LO QUE HARÁ EL SANADOR A DIFERENCIA DEL MÉDICO O EL TERAPEUTA

Si considera la posibilidad de acudir a un sanador, le conviene saber que los sanadores trabajan en un contexto muy distinto al de los médicos. Los dos pueden complementarse si se mantienen los canales de comunicación abiertos y se establece un clima de confianza. Puesto que creo que en el futuro muchos médicos y sanadores trabajarán juntos en beneficio de todos, he consagrado el capítulo siguiente a esta perspectiva.

Muchos pacientes acuden a un sanador para pedirle los mismos servicios que ofrecen los médicos. La mayoría de nosotros vemos la enfermedad bajo el prisma del sistema médico establecido en nuestra sociedad occidental. La gente está tan acostumbrada a acudir a un médico para librarse de una dolencia concreta, que esperan de la tarea curativa que mitigue el dolor y cure también una enfermedad específica.

Lo primero que los sanadores deben hacer cuando reciben la visita de un paciente con esa visión es educarle acerca de qué se ofrece y qué no se ofrece. Para verlo más claro, empecemos por la estructura básica de una visita a la consulta de un médico, para compararla con lo que ocurre cuando usted acude a un sanador.

1. El médico examina al paciente en una sala de reconocimiento.
2. El médico ordena la realización de unas pruebas que ayudarán a determinar cuál es el trastorno.
3. Tras el examen, el paciente y el médico se reúnen en otra sala, «el despacho del médico», donde el médico se sienta detrás de una mesa y habla de lo que considera que es el problema. El médico hace lo que puede por el paciente hasta que llegan los resultados de las pruebas.
4. El paciente concierta otra cita para después de las pruebas.
5. En esta cita, el médico efectúa otro examen, facilita los resultados de las pruebas y da un diagnóstico. El médico prescribe un método de tratamiento basado en el diagnóstico o determina la realización de más pruebas si las primeras no son concluyentes.
6. El tratamiento suele consistir en una medicación o intervención quirúrgica para resolver el problema.

Cuando los pacientes acuden a un sanador, muchas veces esperan que se sigan los mismos seis pasos. Desean un examen psíquico. Piden al sanador que elimine (aparentemente de un modo mágico) su problema, tal y como las píldoras y la cirugía resuelven algunos problemas fisicos. Mucha gente espera una visita posterior a la curación en la que el sanador dará un diagnóstico y un pronóstico del tiempo que llevará «eliminar el problema».

La mayoría de sanadores no utilizan la estructura de seis pasos cuando trabajan con sus pacientes. Por lo general, se habla muy poco, no hay pruebas, no hay diagnóstico, no se prescribe ninguna medicación, y muchas veces no se da explicación alguna sobre lo que ha ocurrido antes de la curación, lo que ocurre durante ella, o lo que ocurrirá después.

Los pasos de una sesión curativa son muy simples.

1. Los sanadores suelen empezar por una breve charla con el paciente sobre el motivo de su visita. Algunos sanadores se limitan a pedir al paciente que entre, se quite los zapatos y se tienda en la camilla de curación o se siente en una silla.
2. El sanador trabaja con el paciente, tocándole o sin tocarle, según las técnicas curativas que utilice. El sanador puede facilitar alguna explicación. Tal vez se produzca algún diálogo durante la curación.
3. El sanador termina, abandona la sala y pide al paciente que descanse unos minutos antes de incorporarse.
4. Posteriormente, se habla muy poco, y el sanador pide al paciente que regrese en el momento oportuno.

Muchos pacientes quedan decepcionados por su primera experiencia curativa, por cuanto no comprenden qué ha ocurrido. Se sienten más relajados y probablemente mejor, y quieren saber por qué. Tal vez regresan a su trabajo con todo un cúmulo de interrogantes, todos ellos basados en el sistema de enfermedad (y en la metafisica M-1) aceptado en la sociedad occidental. Pueden plantearse preguntas como éstas:

«¿Qué enfermedad tengo?»
«¿Tengo un tumor? ¿Qué clase de tumor?» «¿Puede usted quitármelo?»
«¿Cuántas curaciones requerirá?» «¿Cuánto me costará?»
«¿Tengo las trompas de Falopio obstruidas y me impide quedar embarazada? Abralas, por favor. Los médicos dicen que no pueden.»

Después de una curación, los pacientes dicen cosas como:

«Bueno, en realidad no me siento muy distinto, pero sí más relajado.»
«¿Qué me ha hecho?»
«Ahora cuénteme exactamente qué ha hecho.» «¿ Cuánto durará? »
«¿Se ha marchado? ¿Volverá?» «¿Debo volver? ¿Cuántas veces más?»

Todas éstas son preguntas importantes y válidas que requieren una respuesta, pero emanan del sistema médico y de cuidado de la salud vigente hoy en día en nuestra sociedad. Para responderlas de un modo significativo para el paciente, el sanador debe instruirle en una perspectiva distinta de la salud y la enfermedad.

Independientemente de si los sanadores están familiarizados o no con el contexto científico holográfico y la metafisica M-3 que se han expuesto en el capítulo 3, su cometido principal es holístico: ayudar a los pacientes a crear salud en todas las áreas de la vida. Lo hacen limpiando y equilibrando la energía del paciente, esforzándose por alinear su intención de sanar, y ayudando al paciente a conectarse con el núcleo más profundo de su ser, fuerza creativa y conciencia interna. Dirigen energías curativas hacia el sistema energético del paciente. Muchos sanadores trabajan totalmente por intuición, dejando que sus manos se muevan con plena libertad. No ofrecen explicación alguna sobre lo que aqueja al paciente ni sobre lo que acontece durante la curación. Es por ello que la denominan «curación por la fe».

Otros tratan de ofrecer unas explicaciones que tal vez no tienen ningún sentido para el paciente. Algunos disponen de sistemas de conocimiento totalmente planificados. Tales sistemas pueden ser conocidos por otros sanadores, como el sistema de acupuntura, mientras que otros pueden haber sido desarrollados personalmente por el sanador y son específicos para él. Describen qué ocurre en el paciente y cómo funciona la curación. Tales explicaciones pueden resultar complejas para el paciente, que no está instruido en el sistema concreto que utiliza el sanador.

Para educar a los pacientes, yo siempre busco un terreno de comprensión común en el que conversar. Luego explico lo mejor que puedo el proceso curativo, que equivale a iniciarse en la curación. Digo a mis pacientes que la curación seguirá desarrollándose en su interior, y les explico hasta qué punto afectará su vida.

Recuerdo una sesión con una paciente nueva llamada Liz, que padecía una úlcera y quería eludir la cirugía. Liz entró en mi despacho y dijo: «Ahora dígame exactamente qué hace usted». Quedé un momento perpleja ante aquella pregunta, y pensé: «Me pregunto si planteó la misma cuestión a su cirujano, y qué le respondería éste».

Sin duda, tardaría años en explicar con exactitud qué es lo que hago. Una paciente como Liz debería ser reeducada por completo en la visión holográfica de la realidad, en las causas de la enfermedad desde esa perspectiva, en el sistema energético humano, en las técnicas terapéuticas, y en las técnicas curativas.

De modo que me interrogué a mí misma: «¿Cuál es la pregunta profunda que Liz me plantea? ¿Qué desea saber en realidad?».

Obviamente, Liz trataba de asumir la responsabilidad sobre su salud y su curación. Deseaba sinceramente llegar a comprender qué podía esperar de las sesiones curativas. Quería saber qué podía darle yo. Su pregunta venía a decir: «¿Cuáles son las posibles consecuencias de las sesiones curativas?». Ella no tenía idea de la amplitud que podía tener el efecto. No sabía hasta qué punto todo dependía de ella y de su aceptación del cambio personal en la vida. No sabía que el campo energético humano existe y afecta el cuerpo fisico. Y, por encima de todo, ignoraba que podía curarse a sí misma con su intención de sanar (nivel del hara) y con su fuerza creativa interna (nivel de la estrella del núcleo). Mi reto consistía en cubrir un vasto espectro de conocimientos en unos minutos. Busqué una analogía sencilla con la que empezar y recordé cómo funciona una radio. Por supuesto, dispondría de tiempo para brindar explicaciones más detalladas durante las sesiones curativas que seguirían.

De modo que dije: «¿Ha oído hablar del campo energético humano, o aura?».

«No», respondió Liz.

«Bueno, hay un campo de energía que rodea el cuerpo y penetra en él. Está estrechamente relacionado con su salud. Cuando usted enferma, es porque el funcionamiento normal de ese campo ha sido perturbado. Lo que yo hago es volver a alinear ese campo, cargarlo y repararlo. Se parece un poco a la acupuntura. ¿Ha oído hablar de eso?»

Dijo Liz: «Sí, he oído hablar de eso, pero no sé mucho sobre ello».

«Bueno, la acupuntura es una antigua técnica curativa de Oriente, que trabaja equilibrando el campo energético, el cual suministra bioenergía a los diversos sistemas de su cuerpo. Esa energía es muy potente. De hecho, aportamos más energía al cuerpo mediante ese campo que comiendo. ¿Se ha dado cuenta de que en los días de sol usted tiene más energía que en los días nublados? Eso se debe a que el sol carga la energía presente en el aire. Luego la absorbemos a través de nuestro sistema energético. En nuestra cultura, no pensamos demasiado en ello porque nos concentramos prioritariamente en el cuerpo fisico. Pero en China, Japón y la India se sabe que es muy importante para nuestra salud. Sus sistemas se basan en el conocimiento de esos campos de energía vital.»

Liz replicó: «¿De dónde procede esa energía?».

«La fuente de esa energía reside dentro y alrededor de usted -respondí-. Es como las ondas de radio, que están siempre en el aire. Usted sólo necesita saber cómo recibirlas para beneficiarse de ellas. Conecte la radio y sintonice la emisora que desee. Su campo de energía es como una radio. Mi misión consiste en repararla y ayudarle para que aprenda a sintonizarla mejor. Yo le ayudaré a abrir y equilibrar sus ckakras.»

«¿Mis qué? ¿Mis chakras?», preguntó Liz.

«Los chakras de su aura son sus receptores de energía -expliqué-. Parecen torbellinos de energía que, en virtud de su giro, absorben energía como lo haría un remolino. Una vez que la energía se ha introducido en su cuerpo, fluye a través de las líneas energéticas de su campo hacia sus órganos. Cuando se registra un trastorno en su campo, sus órganos no reciben la energía que necesitan y se debilitan, lo que termina por permitir el acceso a las infecciones u otros problemas físicos. »

«Esto parece bastante simple -admitió Liz-. ¿De modo que usted viene a decir que podría haber contraído esta úlcera porque mis líneas energéticas se han debilitado?»

«Es, claro está, algo más complejo que esto, pero ésa es la idea a grandes rasgos. El modo en que usted reacciona a las situaciones de estrés puede apreciarse en su campo. Habitualmente, usted distorsiona su campo de tal forma que extrae energía sana de la región del estómago y atrae energías inadecuadas y, por lo tanto, insanas hacia su estómago. En cuanto hayamos reequilibrado su campo, podrá percibir las energías adecuadas y sanas en esa zona. Ahora, lo que usted experimenta como "normal" no es saludable para usted.»

«¿Qué quiere decir con eso?»

«Centre su conciencia en su estómago», sugerí. «Lo noto igual que siempre.»

«Después de la curación, lo notará muy distinto -dije-. Entonces comprenderá lo que quiero decir. Es algo que usted debe experimentar. Es una experiencia sutil, pero muy intensa en lo que concierne a la salud. Con el tiempo, aprenderá a mantener el equilibrio oportuno de energías en su organismo, y podrá conservar un nivel de salud más elevado. Así, cuando yo reequilibre su campo, la energía fluirá correctamente hacia sus sistemas corporales, y restablecerá su salud. Podrá aprovechar todos los campos energéticos que le rodean. Yo llamo a esos campos energéticos "campos de salud universal". Están al alcance de todo el mundo. No sólo están disponibles para su salud física, sino también para su salud emocional, mental y espiritual. De modo que ahora, cuando yo trabaje con sus campos, trabajaremos también con sus aspectos emocionales, mentales y espirituales que tienen relación con el hecho de haber contraído una úlcera. Como ve, no se trata tan sólo de una cuestión fisica. Todo aquello que esté curado personalmente para usted sanará también cualquier aspecto de su vida con el que esté conectado.»

«¿Qué quiere decir con eso? -preguntó Liz-. ¿A qué conexiones se refiere?»

«Desde el punto de vista del sanador -proseguí-, todo está conectado con todo lo demás. Es la perspectiva holística. Significa que su úlcera, que es consecuencia de un exceso de acidez en su estómago debido a su reacción al estrés, no sólo afecta a su digestión y nutrición, sino que es una señal que me indica que probablemente usted experimenta tensión en todos los aspectos de su vida que tienen que ver con la "digestión" o la nutrición personal. En otras palabras, incluso cuando alguien le da algo, a usted le cuesta trabajo aceptarlo y dejar que le haga bien.»

«Esto me resulta familiar, pero no veo cómo podría relacionarse con una úlcera», replicó ella.

«Sí, bueno, empecemos desde donde estamos ahora, y dejemos que sus experiencias sigan su curso. Ya nos ocuparemos de las conexiones a medida que se presenten. Entonces se las explicaré con mayor claridad.»

«¿Cuánto tardaré en restablecer la salud?», inquirió Liz.

«El número de sesiones necesarias depende de cómo responde su organismo a la curación, hasta qué punto (usted) puede asumir el cambio, y cuánto tiempo es capaz de mantener ese cambio. El cambio no resulta siempre fácil, ¿sabe?, porque afecta a todas las áreas de su vida, como ya he dicho. Se requiere algún tiempo para integrar los cambios. Tenga en cuenta que queremos llegar a la causa más profunda de la úlcera, no sólo a la úlcera. Queremos que usted sea capaz de aceptar y disfrutar todo aquello que reciba. Queremos averiguar por qué no cree usted que está bien.»

«Creo que está bien recibir -repuso ella-. Pero es cierto: siempre me siento en deuda con la persona que me ha dado algo. No me gusta deber a nadie. ¡Vaya!, no sabía que esto tuviera tanta importancia. ¿Cree que su técnica dará resultado?»

«Trabajar con el campo energético humano es, de hecho, más efectivo en determinadas enfermedades que nuestra medicina convencional -respondí-. Por lo general, recibo a gente aquejada de enfermedades con las que nuestro sistema médico no tiene demasiado éxito; personas con cáncer, colitis, trastornos inmunitarios, virus, jaquecas, etc.»

«Bien, me alegro de estar aquí. Parece interesante. Empecemos.»

Liz deseaba saber en qué consistía todo el proceso curativo, y pudimos comunicarnos con claridad. Esto le ayudó mientras avanzaba por el proceso curativo. Al cabo de varias semanas trabajando juntas, su úlcera desapareció y ella recuperó la salud. No sólo eso, sino que también cambió de profesión e inició una nueva relación.

Las aptitudes de un sanador

Logré introducir a Liz en el enfoque holístico describiéndolo con términos sencillos. Como sanadora, trabajo desde una perspectiva más amplia para tratar la enfermedad. Coincido con los médicos en que una infección causada por un microorganismo puede ocurrir, y que generalmente una medicación puede eliminarla. Pero, desde mi punto de vista, el microorganismo no es la causa. Los sanadores saben que una debilidad o un desequilibrio en el sistema fisico-energético de un paciente permitió una invasión de microorganismos que evolucionó en forma de enfermedad. La invasión de microorganismos es también un síntoma. La causa debe afrontarse desde el punto de vista holístico u holográfico para poder restaurar la verdadera salud. El sanador se preocupa más por el equilibrio subyacente de energías, intención y conciencia que sustenta la salud o que se desequilibra y da lugar, con el tiempo, a la enfermedad.

Los sanadores deben poseer la capacidad de trabajar con todos esos aspectos de la constitución humana de un paciente. Se ocupan de curar el cuerpo fisico y procuran sanar también los aspectos emocionales, mentales y espirituales del paciente.

Las herramientas y la formación de un sanador son muy distintas a las de un médico. Aunque los sanadores más aptos probablemente son capaces de acceder a la información sobre una dolencia, incluso de designar ésta y sugerir una medicación apropiada que correspondería al diagnóstico de un médico, no es ésa su preocupación principal. Los sanadores consideran esa información como parte de la descripción de la «manzana de Pribram», no como la realidad principal ni como algo de importancia fundamental. De hecho, para ellos es poco menos que ilegal efectuar esa clase de diagnóstico. Este derecho ha sido reservado a las almas valerosas y consagradas que se han graduado en las facultades de medicina.

Liz no me pidió ningún diagnóstico; en cambio, fue ella quien me lo facilitó a mí. Rellenó el formulario de ingreso de clientes, donde se pide el historial clínico del paciente. Yo comprobé la información que ella me había dado. Mediante la EPS, pude ver que parte del tejido estomacal estaba desgarrado, y que los tejidos que quedaban en esa zona estaban inflamados. Mostraban un color rojo. A partir de la información obtenida a través de la EPS, también llegué a la conclusión de que Liz tenía una úlcera. Sin embargo, en mi calidad de sanadora, yo no diagnostico más que usted, cuando puede comprobar con sólo mirar que alguien se ha producido un corte o se ha roto un brazo.

Cómo trabajan los sanadores con el campo energético humano

Hay técnicas curativas específicas para cada nivel del campo energético humano. Yo, por lo general, me concentro en los niveles inferiores del campo de un paciente cuando trabajo, empezando por el primer nivel. El trabajo incluye la percepción, limpieza, equilibrado, reparación y carga del campo. Las más de las veces, cada capa debe tratarse por separado para garantizar la curación de todos los niveles. Una curación integral debe incluir la curación de todos los niveles del campo, o de todos los cuerpos energéticos además del fisico. Así pues, recorro los niveles de los campos energéticos del paciente que corresponden no sólo a su naturaleza física, emocional y mental, sino también a su naturaleza espiritual y a sus creencias básicas en la realidad. Todo ello debe ser equilibrado. Para conseguirlo, el sanador ahonda en el campo de salud universal contenido en el universo holográfico. Si no se hiciera así, el paciente podría crear perfectamente la misma u otra dolencia.

Los sanadores suelen nacer con el talento de aprender a percibir y trabajar con el campo energético. Ese talento no es distinto al que posee otra persona para la música, las matemáticas o los negocios. La mayoría de sanadores han recibido una formación, al igual que otros profesionales, para convertir esos talentos innatos en un arte curativo. Esta formación enseña al sanador a desarrollar la elevada percepción sensorial, con la que percibe los niveles del campo energético humano y, a largo plazo, los niveles del hara y de la estrella del núcleo ocultos bajo el aura. Esto incluye, probablemente, una formación para aprender a canalizar.

A través de la práctica diligente de múltiples ejercicios diseñados para incrementar la sensibilidad de sus sentidos, los sanadores aprenden a usar esos sentidos más allá del alcance normal de la percepción humana. Muchos sanadores pueden sentir, oír y ver ese campo de energía, así como intuir más información al respecto. Además de percibir el campo, el sanador también puede aprender muchas cosas sobre cómo trabajar con el campo para sanar mediante sus niveles, así como sobre anatomía humana, fisiología, psicología, patología y ética de la curación.

Gracias a la elevada percepción sensorial, los sanadores distinguen los múltiples niveles del campo energético humano. Puesto que cada capa de ese campo de energía penetra también en el interior del cuerpo, los sanadores perciben asimismo el campo que hay dentro del cuerpo humano. Los sanadores más experimentados desarrollan también la capacidad de percibir el campo energético de todo el cuerpo, de una sola célula, y a veces incluso de las partículas más pequeñas. Con el uso de la EPS, los sanadores pueden acceder a una gran cantidad de información para utilizarla en el proceso curativo.

Por encima de todo, la principal herramienta de los sanadores es el amor. Toda curación se efectúa en el contexto del amor. Yo creo que el amor es el tejido conjuntivo del universo. Lo mantiene todo cohesionado. El amor puede curarlo todo. Los sanadores no sólo trabajan desde una posición de amor, sino que enseñan a sus pacientes a amarse a sí mismos. A medida que avancemos por este libro, se verá cada vez mejor la importancia que tiene el amor. Quererse a sí mismo es una ocupación de jornada completa. La mayoría de nosotros tenemos mucho que aprender en lo que se refiere a este aspecto.

Las sesiones curativas de Liz progresaron lentamente a través de los niveles de su aura. Su tercer chakra, situado en la zona del estómago, estaba desgarrado. Yo lo reparé, y su úlcera empezó a cicatrizar. En el nivel emocional, ese chakra está vinculado a la relación con otras personas y a la capacidad de recibir nutrición de ellas de un modo saludable. Sus relaciones se volvieron más estrechas y más satisfactorias a medida que trabajábamos para enseñarle a mantener un equilibrio saludable de la energía en esa zona de su cuerpo. En un nivel más profundo de la psique, ese chakra está relacionado con quien es usted en el universo, con su lugar en la Tierra y en esta vida. En cuanto esos niveles de su campo se estabilizaron de una forma sana, Liz adquirió más seguridad en sí misma.

La mecánica de una sesión curativa

La mecánica de una sesión curativa es bastante simple desde el punto de vista fisico. Claro que varía según cada sanador. La mecánica que describiré a continuación es la que siguen los hombres y mujeres que se han graduado en la Barbara Brennan School of Healing.

Si usted ha decidido someterse a las manos curativas de uno de estos graduados, primero le pedirán que rellene un formulario de ingreso, generalmente describiendo su historial clínico y las molestias que le aquejan. El sanador le entrevistará para hacer que se sienta cómodo y para encontrar un terreno de comunicación común en el que hablar. Una pregunta habitual será: «¿Por qué está usted aquí? ¿Qué pretende conseguir?».

A partir de su respuesta, el sanador no sólo averiguará qué es lo que usted quiere, sino que empezará a descubrir su nivel de experiencia con la tarea curativa.

Mientras el sanador le escucha y encuentra un campo común de comprensión, utiliza también la EPS para explorar su campo energético con el fin de percibir desequilibrios, desgarramientos, estancamientos y agotamientos. Observará su flujo de energía en constante variación mientras usted habla. Relacionará esos cambios con su estado psicológico mientras usted describe sus problemas. Leerá su cuerpo fisico con la visión normal para descubrir el entorno psicológico de su infancia a partir de su estructura y lenguaje corporales. Escrutará también su nivel fisico con la EPS para comprobar la alineación estructural interna y las funciones orgánicas. El sanador suele dedicar de diez a quince minutos a este sondeo para encontrar las principales zonas de conflicto en su cuerpo y en el sistema energético. A veces, compartirá esta información con usted si está lo bastante seguro de ella y si entiende que el hecho de facilitársela no interferirá en su proceso curativo. En otras palabras, le hablará en términos que no le asusten, no interrumpan su flujo energético ni disminuya su capacidad de absorber energía. Toda esta información se integra en un modelo holográfico, puesto que todos los niveles de funcionamiento se afectan unos a otros.

Tras obtener una visión general, el sanador le pedirá que se quite los zapatos y los calcetines y se tienda en la camilla de tratamiento. No debe quitarse nada más. A veces, las joyas o los cristales pueden interferir en su campo, y el sanador le pedirá que se los quite. El sanador procede simplemente a colocar las manos sobre los pies de usted y envía energía a través de su cuerpo. Va subiendo lentamente por el cuerpo, situando las manos en posiciones clave y usando diversas técnicas curativas, según lo que la EPS ha revelado sobre su condición. Por supuesto que, con la ayuda de la EPS, el sanador observa siempre los efectos que provoca en los campos energéticos de usted. (También observa y regula cuidadosamente su propio campo, una parte muy importante de la formación curativa.), El sanador prosigue con este sondeo con EPS para comprobar cómo recibe usted la curación y para obtener una información más detallada sobre los cambios que ocurren en su campo durante la curación. Con el uso de la EPS, el sanador puede cerciorarse de que todos los cambios necesarios se están cumpliendo y que no se descuida nada.

A medida que avanza la curación, se hace mucho más intensa. Se vierte cada vez más energía en su sistema, y usted probablemente ingresará en un estado muy profundo de relajación, que contribuye al proceso curativo en gran medida. En ese momento, su cerebro se sincroniza con el del sanador. Ambos están sintonizados en potentes ondas alfa (8 Hz), el estado curativo.

Otras informaciones obtenidas mediante la EPS incluirán la dieta, las vitaminas, los minerales, las hierbas o incluso los medicamentos que podría prescribir un médico en caso necesario. La EPS manifiesta también problemas psicológicos que contribuyeron a provocar la enfermedad. Revela traumas infantiles, sus imágenes de cómo cree que es la realidad, y en último término su sistema de creencias, que es la causa básica que mantiene su enfermedad intacta. El sanador trabaja directamente con todo esto a través de su campo de energía.

Durante la curación, el sanador recurrirá también a la EPS para recibir orientación de los maestros espirituales, guías o ángeles de la guarda. Esta orientación se transmite de formas muy diversas. Los guías pueden decir al sanador qué debe hacer a continuación; pueden decirle dónde buscar las dificultades fisicas que usted padece; o incluso pueden designar la enfermedad que usted tiene. Los guías suelen contar al sanador la causa del problema desde la perspectiva física y psicológica. Los guías pueden hablarle directamente a través del canal del sanador. Cuando esto ocurre, la conversación que sigue es, generalmente, muy tierna y personal, que le conduce a una comprensión más profunda de lo que le está pasando, por qué está ocurriendo desde la perspectiva de la causa, y las profundas lecciones espirituales y vitales que implica. Tales conversaciones son siempre solidarias y veraces, y no expresan promesas falsas si el canal está expedito. Los guías también trabajan directamente a través de las manos del sanador para curarle. La restante información obtenida mediante la EPS se transcribe a mano o a máquina para que usted pueda utilizarla en el futuro.

Habitualmente se requieren varias sesiones para llegar hasta la causa alojada en el sistema de creencias. Para cuando el sanador ha progresado a través de todas las capas del campo y ha puesto fin a la curación, probablemente usted estará sumido en un estado de profunda relajación y serenidad.

Muchos sanadores le invitarán a descansar en la litera durante diez a treinta minutos para dejar que los campos se estabilicen. Esto le permite sacar el máximo beneficio de la curación, y hace que ésta se integre en su sistema energético. El sanador suele responder entonces a un mínimo de preguntas, puesto que para plantear una pregunta racional usted debe salir del estado curativo de ondas cerebrales alfa y acceder al estado «racional» de ondas cerebrales beta, que detendrá el proceso curativo. Cuando yo practicaba la curación, advertía siempre a mis pacientes antes de iniciar el proceso sobre este importantísimo período de relajación poscurativa, y les incitaba a formular todas sus preguntas al principio de la curación, antes de que se produjera la conexión alfa. Luego, el sanador le pedirá que regrese en el momento oportuno y le garantizará que el resto de sus preguntas tendrán respuesta en esa próxima sesión.

Preguntas y respuestas comunes

¿Puede un paciente resistirse a una curación? ¿Cómo?

Muchas veces, las personas se resisten al proceso curativo tratando de controlar la situación con una mente hiperactiva. Esto es fácil de hacer. Lo único que debe hacer el paciente es forzar una mente muy activa y negarse a relajarse y a dejar que la curación tenga efecto. Si los pacientes fuerzan su cerebro para que se

mantenga racional, no accederán al estado alfa, 8 Hz, el estado curativo. En lugar de eso, permanecerán en un estado normal de ondas cerebrales activas, u ondas beta. (Los pacientes, naturalmente, pueden hacer esto en cualquier momento, en presencia o no de un sanador.) Si persisten en ese estado, interferirán en los procesos curativos normales en su cuerpo. Cuando la mente racional del paciente abandona su actividad y sus ondas cerebrales acceden al estado alfa, puede someterse a su proceso curativo natural, reforzado por el sanador.

¿Cómo se distribuyen las sesiones curativas?

Las sesiones curativas suelen programarse una vez a la semana, y duran una hora o una hora y media, a lo largo de varias semanas. A veces, sobre todo para los problemas de espalda, yo sólo trabajo con mis pacientes si pueden acudir dos veces por semana. Esto se debe a que existe tanta tensión en la espalda a causa de la actividad diaria normal, que los pacientes inevitablemente se cansan, presentan un bajo índice de azúcar en la sangre, experimentan una última reanimación, y vuelven a acumular tensión en la espalda antes de que termine la semana. Observé que la dieta es también muy importante en los problemas de espalda. Mis pacientes sólo volvían a acumular tensión en la espalda cuando trabajaban en exceso y comían poco, siendo el nivel de azúcar en la sangre muy bajo. Yo les aconsejaba que llevaran una bolsa con nueces y frutos secos, que comieran más a menudo, y que tomaran comidas completas. ¡Es sorprendente la cifra de personas hipertensas y desnutridas que nuestra opulenta sociedad genera!

La distribución de sesiones para los pacientes aquejados de cáncer que están sometidos a quimioterapia o a terapia de radiaciones deberían ser, al menos, de una vez por semana, y siempre inmediatamente después de un tratamiento, aunque éste sea diario. La quimioterapia y la radioterapia originan residuos en el cuerpo fisico así como en el campo energético. Los residuos de la quimioterapia se componen de las propias sustancias químicas, además de los tejidos que mata. El cuerpo debe librarse de ambos. La quimioterapia produce un bioplasma de baja frecuencia, mucoso, oscuro y denso en el campo aura(que no sustenta la vida. Retarda e interfiere en el funcionamiento del campo aural, causando considerables molestias en el paciente. La radiación produce asimismo residuos en el cuerpo fisico porque no sólo mata las células, sino que altera los procesos biológicos normales que ocurren en muchas células próximas a las que mueren. Esto genera una gran cantidad de productos de desecho que hay que eliminar también. La radiación quema el campo aural, como si se aplicara un calcetín de nilón a una llama. Este daño debe ser reparado. La radiación hace también que el campo aural se resquebraje como el cristal, lo que origina muchos residuos en el campo que deben ser eliminados. Cuanto más pronto limpie el sanador los residuos causados por la quimioterapia o la radioterapia, menores serán los efectos secundarios.

¿Cuánto tiempo requiere?

La duración de una serie de sesiones curativas depende de la gravedad del problema, del tiempo durante el cual el paciente ha sufrido el problema, y los efectos a largo plazo de la curación. Por lo general, el paciente nota intensamente los efectos de la curación durante unos tres días. Luego el sistema energético empezará a reanudar su vieja disfunción habitual hasta cierto punto. En qué grado y por cuánto tiempo el sistema energético del paciente puede mantener un estado tranquilo y equilibrado es completamente individual y depende de tantos factores, que sería imposible enumerarlos todos aquí. Por supuesto que la severidad del problema, las circunstancias de la vida del paciente, el autocuidado del paciente y su capacidad de llevar a cabo las actividades y dietas necesarias, y las aptitudes del sanador forman parte de esos factores.

A cada sesión curativa exitosa, el sistema energético del paciente recupera una parte cada vez mayor de su configuración sana original. Los viejos hábitos de distorsión van desapareciendo gradualmente. El ritmo en el que pueden ocurrir los cambios permanentes depende por completo del individuo. Baste con decir que algunos pacientes terminan al cabo de una sola sesión curativa, mientras que otros lo hacen al cabo de varios meses de curación. A medida que el proceso curativo avanza, resulta cada vez más fácil para el sanador determinar el tiempo que llevará, porque el sanador observa la extensión de los cambios y el tiempo que persisten después de cada sesión curativa. En ocasiones, un sanador más experimentado facilitará la duración aproximada de la serie curativa mediante orientación en el transcurso de la sesión inicial.

El proceso curativo puede prolongarse quizá durante semanas, meses o años. En muchos casos, su duración depende del grado de salud que acepte el paciente.

El mayor objetivo espiritual del sanador

Muchos pacientes desean continuar el proceso curativo mucho después de que la molestia original haya desaparecido, porque el grado de «salud» con el que se habían conformado antes de acceder a una situación curativa ya ha dejado de ser aceptable. Esto ocurre porque la curación no sólo educa a los pacientes, sino que les ayuda a efectuar conexiones mucho más intensas con sus anhelos internos. En tal caso, el proceso curativo se torna un proceso de evolución personal y de liberación de creatividad. Se convierte en una experiencia espiritual.

Desde el punto de vista holográfico, esto significa que el sanador trabajará con la conexión entre el individuo dentro de un sistema, esto es, dentro del sistema supremo, el Ser Universal. En este nivel, un estado de salud inaceptable se entiende como una desconexión aparente o un desequilibrio con respecto al todo o lo divino.

Esto conlleva varios interrogantes: «¿Cuál es la relación del paciente con Dios, el cosmos o el Ser Universal?» «¿De qué modo sus creencias le han llevado a la experiencia de la desconexión respecto a su conexión esencial con el Ser Universal?» «¿Cómo ha olvidado quién es, y cómo esa forma de vivir que se deriva de ese olvido le ha desequilibrado y le ha hecho vulnerable a las infecciones?».

Los sanadores trabajan directamente con el campo energético del paciente para equilibrarlo con la realidad espiritual suprema a la que el paciente puede abrirse.

El mayor objetivo del sanador consiste en ayudar a sus clientes a conectarse con la realidad espiritual más elevada posible. Lo hacen de maneras muy prácticas, subiendo por cada peldaño de la escalera desde la humanidad fisica básica, pasando por el nivel de la personalidad del campo energético humano, por el nivel del hara de la intencionalidad, hasta la divinidad presente dentro de cada ser humano, la esencia del núcleo.

El sanador busca en primer lugar la naturaleza exacta de los modelos del campo energético del paciente que expresan los distintos aspectos de su ser. Dado que esos modelos actúan holográficamente para afectarse unos a otros y al cuerpo fisico, el hilo de investigación del sanador cubre los modelos globales físicos y energéticos que corresponden a la salud emocional, mental y espiritual del paciente. El sanador ayuda al paciente a afrontar su intención respecto a su salud y a su objetivo en la vida. Una de las tareas principales que el sanador debe acometer es la de ayudar a los pacientes a encontrar la causa de su dolencia. ¿Cómo provocan los pacientes esa enfermedad en sí mismos?

Todas estas áreas de investigación y curación son necesarias para restablecer la salud por completo y para prevenir le recurrencia de la enfermedad, o la posibilidad de contraer otra. El sanador y el paciente trabajan juntos para explorar esas áreas. En último término, el sanador y el paciente se enfrentan cara a cara con la causa fundamental de la enfermedad del paciente.

Los sanadores preguntan: «¿Cuáles son las creencias del paciente sobre la divinidad que contribuyen a retener esta enfermedad?» «¿Cómo puede ver a Dios como una autoridad negativa que le castiga en lugar de amarle?» «¿Cómo ha asumido este individuo el castigo que cree que Dios ha ordenado para él?» «¿Cómo se autoinflige el castigo este paciente, entendiendo que es Dios quien se lo ha asignado?».

Nos referimos aquí no sólo a aquello que los individuos crean para sí mismos como un castigo, sino también del modo en que conocen ciclos mayores de eventos que no parecen estar inmediatamente conectados con su creación individual. Esos ciclos mayores son los efectos a largo plazo puestos en marcha en épocas pasadas, o «ciclos kármicos», así como los eventos que se producen como consecuencia de la creatividad colectiva de la humanidad. Cada individuo tiene la opción de afrontar esas experiencias con expectativas de un castigo por alguna acción terrible en el pasado, en lugar de como una lección elegida por el ser supremo con la intención de aprender y madurar.

El sanador ayuda a sus clientes a abrir un pasillo hacia las energías creativas más profundas de su núcleo, a partir de las cuales crearán sus experiencias de la realidad.

Las limitaciones éticas de un sanador

Nos quedamos con este interrogante tan práctico acerca de las limitaciones éticas. Esta pregunta incluye un amplio abanico de aspectos, y sus respuestas dependen del sanador implicado. Veamos algunas de ellas.

Personas sin preparación que se autodenominan sanadores

En primer lugar, es muy importante que los sanadores sean conscientes de su nivel de capacidad y sean honestos al respecto. Una de las cosas peores que he visto sucede muy a menudo. Las personas muy enfermas acuden a un sanador o a un círculo de curación y allí les dicen que ya están curadas. Los sanadores llegan a esta conclusión porque han notado tanta energía y han obtenido una experiencia espiritual tan intensa de la curación, que asumen que significa que el paciente ya está curado. En ocasiones, esas personas incluso reciben una orientación que lo confirma. Incluso pueden llegar a aconsejar a los pacientes que interrumpan tratamientos de los que los sanadores no saben nada. Están totalmente convencidos de que están en lo cierto y de que su orientación es veraz.

Esos sanadores están fuera de la realidad. No están en contacto con sus pacientes ni con la condición de éstos. Se han «maravillado» de su propio récord energético y se han desconectado del paciente en el proceso. Esto es muy serio. Es una huida hacia la negación, porque esos sanadores son incapaces de afrontar la realidad de la vida, del dolor y de la muerte. Es un mal uso de la espiritualidad y la curación para negar su propio miedo.

No hay nada malo en un círculo de curación que aporte amor, esperanza y apoyo a las personas que se han aislado en el miedo con su enfermedad. Pero es importante ceñirse a la realidad acerca de la cantidad de amor, esperanza y apoyo que requieren esas personas. No se trata de una intervención única. Es un proceso largo y gradual. Los grupos de apoyo y los talleres de Bernie Siegel, doctor en medicina, y Louise Hay dan fe de la intensa y positiva eficacia de tales grupos.

Cobrar o no cobrar

He observado que existe una tendencia mundial a entender como un error el hecho de que los sanadores perciban dinero. Este prejuicio puede encontrarse en Gran Bretaña, Rusia, Europa, el Sureste asiático y Estados Unidos. Yo creo que existen dos formas de afrontar esta cuestión. Depende de la formación y la experiencia del sanador.

Si los sanadores se han formado en una tradición religiosa como el movimiento carismático cristiano, las curaciones se efectúan en el servicio eclesiástico, y a menudo se aceptan donativos. Desde mi punto de vista, me parece justo.

Si, en cambio, los sanadores se han sometido a una meticulosa formación a largo plazo -de cuatro años como mínimo, en mi opinión-, tienen derecho a cobrar. Esta clase de formación incluye anatomía, fisiología, psicología, ética y profesionalización de la práctica, así como el desarrollo de la EPS y de técnicas curativas. Es a través de este tipo de formación que los sanadores adquieren una condición profesional lícita en nuestro sistema de cuidado de la salud. Esos sanadores tienen derecho a percibir unos honorarios profesionales normales, lo mismo que los psicoterapeutas, masajistas, enfermeras que asisten a domicilio, fisioterapeutas y médicos. Esos honorarios deberían mantenerse dentro de los límites de los de cualquier terapeuta. Una política de no remuneración para tales profesionales no obedece más que a un prejuicio. Si esos sanadores no cobrasen, tendrían que trabajar todo el día en un oficio que les aportara un respaldo económico, y sólo dedicarían el tiempo sobrante a la curación. Esto no haría más que mantener los servicios curativos bajo mínimos.

Diagnósticos no, por favor

Los sanadores no deberían diagnosticar y no pueden prescribir medicamentos. No han recibido una formación en ese sentido. Por otro lado, un sanador puede recibir orientación sobre qué medicamento podría ser beneficioso. El paciente puede transmitir esa información a un médico para que la verifique. (Véase el capítulo 6 para una explicación detallada sobre la cooperación sanador-médico.)

¿Tienen los sanadores la responsabilidad de decir todo lo que saben?

Ésta es una pregunta que me preocupó de veras al comienzo de mi práctica. Al principio, simplemente ofrecía toda la información que recibía a través de mi canal a la persona implicada. Pensaba que no era mi trabajo discriminar. Aquello que yo recibía, lo facilitaba a los demás. Con esta actitud, no tardé en tener problemas. Asustaba a la gente. En realidad no querían saber nada, aun cuando declaraban lo contrario. No estaban preparados para oír la respuesta.

Recuerdo que en 1978 asistí a una conferencia sobre curación en Washington. Un miembro del público sabía que yo tenía EPS y que podía ver sus vértebras cervicales. Me persiguió durante todo el fin de semana, pidiéndome sin cesar que le dijera qué aspecto tenía su cuello. Por último, me senté en los peldaños de un ancho pasillo del hotel y dibujé la desalineación de su cuello. El hombre quedó en silencio y se marchó con el dibujo. Le vi dos semanas después en otra conferencia, y me dijo que había pasado varios días muy inquieto tras el incidente. No había visto nunca un dibujo de la desalineación de los huesos del cuello, y no comprendía el significado de ese trastorno. Yo no me había molestado en explicarle cómo podía resolver su problema y decirle que no era grave.

En otro caso, una de mis mejores amigas, Cindy M., de Washington, D.C., estaba estudiando en la ciudad de Nueva York durante unas semanas y decidió someterse a una curación. Se quejó de un cierto dolor en el pecho. Durante la curación, observé su pecho con EPS y vi una forma de un color gris metálico que parecía un triángulo tridimensional. Al mismo tiempo, mi guía Heyoan se inclinó sobre mi hombro derecho y dijo: «Tiene cáncer y morirá».

Tuve una discusión privada con Heyoan. Estaba ofendida por el hecho de que él pudiera saber acerca de una muerte inminente y, peor aún, de que me lo anunciara. Ni decir tiene que lo guardé en secreto. Después de la sesión, asistí a una fiesta de cumpleaños. Me sentía tan trastornada, que tuve que marcharme muy pronto. No sabía qué hacer. ¿Estaba equivocado mi guía? ¿Era posible recibir el anuncio de la muerte de una persona? ¿Contribuiría a precipitarla si pensaba en esos términos mientras administraba curación a Cindy M.? ¿Qué debía aconsejarle? Más tarde consulté con varios sanadores expertos que conocía para averiguar si esto era posible. Me contestaron que sí.

Hice lo único que podía hacer. Dije a Cindy que abandonara sus estudios, fuera a casa, dedicara tiempo a su marido y acudiera a un médico para hacerse mirar el pecho. Ella acudió a dos sesiones más antes de marcharse de Nueva York. En cada sesión, yo veía la misma forma oscura en su pulmón, y Heyoan se inclinaba sobre mi hombro derecho y decía: «Tiene cáncer y morirá».

Le insistí que se fuera a casa. No le conté la revelación de mi guía. Por último, Cindy hizo lo que yo le pedía. Las pruebas eran claras. Asumí que mi guía estaba equivocado. Pero ella se puso peor. Al cabo de cuatro meses y tres exploraciones asistidas por ordenador, los médicos del George Washington Hospital encontraron el tumor, del mismo tamaño, la misma forma e idéntica ubicación. Dijeron que era un coágulo sanguíneo. Una vez más, di gracias a Dios de que mi guía se hubiera equivocado. Cindy no respondió al tratamiento, y

empeoró. La abrieron y descubrieron un mesotelioma, un cáncer de pulmón que no sabían cómo curar. Cindy murió ocho meses más tarde.

Unos tres días antes de su muerte, cuando yo estaba en Washington para ayudar a Cindy a despedirse de sus amigos, ella me llamó a su habitación poco después de haber ido al baño. Me dijo: «Me debes media verdad. ¿Qué era?».

Le expliqué por qué no le había dicho lo que vi la primera vez que acudió para someterse a una curación. Ella respondió: «Gracias por no decírmelo antes. No estaba preparada. Ahora sí lo estoy».

Aprendí que, como sanadora, y al igual que cualquier profesional, puedo acceder a una «información privilegiada». Esta información debe manejarse profesionalmente, bajo un código ético que incluye la persona adecuada y el momento oportuno. Ahora sólo brindo «información privilegiada» que recibo a través de mi guía cuando éste me dice que lo haga, y a quien me indica el guía.

Cuándo los sanadores deberían inhabilitarse

Todos los sanadores se topan con circunstancias en las que deberían inhabilitarse a sí mismos. Es muy importante que esto lo entiendan tanto los sanadores como los pacientes. Significa que cualquier sanador al que usted acuda podría tener que inhabilitarse. Una señal que identifica a los buenos sanadores es que aseguran que están capacitados para tratarle antes de aceptarle como paciente. Tal vez no lo comenten abiertamente con usted si no existe ningún problema. Pero por lo general, al término de la primera sesión, sabrán y le dirán si hay algún problema. Las dos razones principales por las que los senadores se inhabilitan son: su relación previa con un paciente o con el cónyuge de un paciente y porque no están capacitados para ocuparse del caso.

En el primer caso, mucha gente cree que puede acudir a un sanador que es, además, amigo suyo. Esto está bien, siempre y cuando los dos sepan que cambiará su relación permanentemente. Ambos deben tomar la decisión sobre qué es más importante: la relación curativa o la personal. Comoquiera que la curación es un proceso tan intenso, si los dos tratan de conservar su amistad personal tal y como era, en seguida llegarán a un punto en que las sesiones curativas estarán en peligro o el proceso curativo profundo se verá comprometido. También en los casos en que un marido y su esposa quieren acudir al mismo sanador, si el proceso curativo se prolonga durante algún tiempo pueden darse problemas de relación, debido a la intensidad del cambio personal implicado en el proceso curativo. Por este motivo, recomiendo que los sanadores utilicen las mismas directrices que los terapeutas, que no aceptan a los dos miembros de un matrimonio para tratarles individualmente.

Los sanadores deberían poder saber si están cualificados para ocuparse de un caso concreto: Esto podría tener alguna relación con el nivel de expectativa de los pacientes. Si éstos esperan resultados milagrosos, el senador debe informarles que las probabilidades son muy bajas. Sólo un uno por ciento de los casos sanan al instante. Algunos sanadores pueden no ser capaces de manejar determinadas enfermedades, o tipos de casos. Podrían reaccionar a determinadas dolencias que afectan su sistema energético de tal manera que puede provocarles una enfermedad o dolor. Quizá no sean capaces de trabajar con una persona que ha recibido un diagnóstico «terminal» y, si es así, acompañar a alguien durante todo el proceso hasta la muerte. Tal vez no sean capaces de trabajar con los médicos implicados. Es posible que conozcan a alguien que podría hacerlo mejor. Si tienen prejuicios sobre un determinado tratamiento que sigue el paciente, deberían admitirlo honestamente y deshacerse del prejuicio. Si no pueden, deberían enviar al paciente a otro sanador.

Hace años, tuve que deshabilitarme en el caso de un joven que estaba paralizado de la cintura hacia abajo. Podía ver qué ocurría en su campo energético, pero no logré provocar efecto alguno en él al cabo de hora y media de intentarlo. No le cobré nada por la sesión y le mandé a su casa. Dije que le llamaría si podía encontrar una forma de ayudarle, o a alguien más capacitado que yo. Unos años después, di con alguien a quien enviarle.

Cómo obtener una información directa sobre los resultados esperados

La mejor manera de obtener respuestas claras consiste en formular preguntas directas. Pregunte al sanador todo aquello que desee saber: forma parte de su trabajo hallar una respuesta a partir de su método de curación. Tal vez no sea la respuesta que usted quiere, pero debería ser capaz de recibir una. Pregúntele incluso acerca de su proporción de curas, si le interesa saberlo. El senador tiene que responder con sinceridad. ¿Cuántos pacientes con la misma dolencia ha tratado ese sanador? ¿Qué resultados obtuvo? Los sanadores han de tener una idea clara de qué es lo que ofrecen. De este modo usted, el paciente, tendrá una idea clara de los resultados que puede esperar y, en consecuencia, de los servicios por los que va a pagar. Por supuesto que su curación depende de muchos otros factores, pero usted tiene derecho a conocer la experiencia y los resultados de los sanadores, el tiempo durante el que han ejercido su práctica y el tipo de formación que han recibido.

Capítulo 6
EL TÁNDEM SANADOR-MÉDICO

Si considera la posibilidad de trabajar con un sanador y un médico a la vez, entreviste a ambos para cerciorarse de que están dispuestos a cooperar. Haga que tanto el sanador como el médico sepan cómo y con quién trabajará usted. Si no han cooperado nunca entre ellos, hable con cada uno para averiguar si están dispuestos a hacerlo. Dígales cómo pueden colaborar juntos para ayudarle a restablecer la salud. El médico o el sanador podría estar demasiado ocupado para consagrar mucho tiempo a consultar con el otro. En la mayoría de casos, no se necesita mucho tiempo para este tipo de consultas. Si uno de los dos no demuestra una buena predisposición hacia el otro, le sugiero que busque a otra persona para ese cometido.

Puede resultar que, en su tratamiento, se den puntos de vista directamente contrapuestos. En ese caso es muy necesario que ambos especialistas conversen. En tales ocasiones, la buena voluntad y la comprensión tienen una enorme importancia. Su tratamiento para recuperar la salud depende de ello.

En mi experiencia, dos puntos de vista directamente opuestos o un conflicto entre el médico y el sanador ocurre muy de vez en cuando si ambos son realistas e imparciales. No obstante, mucha gente conserva aún la imagen negativa de que los sanadores y los médicos son incompatibles entre sí. Si la gente aprende cómo ambos sistemas se complementan, esta imagen negativa, por suerte para todos, puede eliminarse.

Existen cinco formas principales en que el tándem sanador-médico funciona mejor para recopilar un volumen de información más amplio, más profundo y más útil sobre la condición de un paciente y qué hacer al respecto. Los cinco objetivos principales son:

1. *Obtener una clara comprensión del proceso de enfermedad que tiene lugar en el paciente.* En la terminología del sanador, esto se denomina «descripción de la enfermedad»; en la terminología médica, se llama «diagnóstico». Cada uno se efectúa en un contexto distinto. El sanador utiliza la elevada percepción sensorial para describir el campo energético y la función o disfunción del cuerpo fisico. El médico emplea procedimientos convencionales para obtener un diagnóstico médico.

2. *Inducir la salud en el paciente en tantos niveles como sea posible.* El sanador trabaja con el procedimiento de la imposición directa de las manos para equilibrar y reparar los cuerpos energéticos y el cuerpo fisico. El médico trabaja fundamentalmente para restablecer la salud en el cuerpo fisico.

3. *Obtener un historial clínico más amplio, completo, informativo y significativo.* El tándem sanador-médico hace esto combinando la información del historial de la experiencia vital que el sanador obtiene mediante el uso de la EPS con un historial médico convencional tomado por el médico.

4. *Ayudar al paciente a encontrar el significado profundo y la causa de la enfermedad.* Muchos médicos ayudan a sus pacientes a afrontar las causas mentales y emocionales de la enfermedad, además de la causa fisica, escuchando a los pacientes y ofreciendo consejo. Los sanadores ayudan al paciente a afrontar la enfermedad en todos los niveles de su ser: los tres niveles aurales inferiores que corresponden a las sensaciones físicas, emocionales y mentales; los tres niveles aurales espirituales superiores; el nivel del hara de la intención; y el nivel de la estrella del núcleo de la fuente creativa.

5. *Crear modalidades de tratamiento más efectivas, para reducir el tiempo necesario para sanar; reducir la incomodidad; y reducir los efectos secundarios de una medicación severa.* Usando la EPS, el sanador obtendrá información sobre dieta, hierbas, remedios homeopáticos y otras sustancias o técnicas a las que el paciente puede recurrir. Cuando se reciben técnicas médicas o medicaciones específicas a través de la EPS, pueden brindarse al médico del paciente para que las considere. Durante mis años de práctica he recibido regularmente, usando la EPS, medicaciones específicas o cambios en la dosificación para los pacientes. Sus médicos coincidían luego con esa información y, una vez que se cambiaba la prescripción, el paciente se recuperaba.

Cuando empecemos a desarrollar el tándem sanadormédico, gran parte de la información aportada por el sanador podría no tener demasiado sentido para el médico, ya que no entra dentro del dominio de su experiencia. Con el tiempo, trabajando juntos, se tenderán puentes de comunicación y de una mayor comprensión sobre el cuerpo y los cuerpos energéticos, y emergerá el proceso curativo. Estas cinco áreas facilitan en gran medida la curación del paciente y contribuyen también a que el médico recopile más información sobre lo que está sucediendo en el paciente. Examinemos con mayor detalle cada tipo de información que el sanador puede conseguir.

Objetivo 1: Obtener una comprensión clara del proceso de la enfermedad

Cuando trabajan con un médico o un grupo de profesionales del cuidado de la salud, los sanadores describen el proceso de enfermedad que ocurre en los cuerpos físico y energético del paciente. El sanador comparte esta descripción con el grupo de profesionales con el fin de aclarar el proceso patológico que tiene lugar en el paciente. Para hacer esto, el sanador utilizará la EPS para analizar la condición del paciente. Empezará por verificar el campo energético humano como sigue:

- La configuración energética global del paciente, con sus equilibrios y desequilibrios.
- La configuración, más detallada, para cada nivel del campo aural.

El sanador se concentra luego en el nivel fisico para describir los procesos psicológicos insanos o desequilibrados que se dan en el cuerpo del paciente. Éstos, por supuesto, son consecuencia de los desequilibrios ener géticos que describió previamente. Para hacerlo, emplea la EPS para percibir el funcionamiento de los órganos y los tejidos en el nivel físico. El sanador procede en varias etapas, comprobando:

- El estado general del campo energético humano.
- El funcionamiento general de cada órgano.
- El funcionamiento general de los sistemas orgánicos. Las interacciones entre los sistemas orgánicos.
- Un funcionamiento más detallado de cada órgano.
- El estado del tejido del órgano.

Esta descripción de la enfermedad tendrá correlación, en muchos aspectos, con el diagnóstico de un médico. En el uso de la EPS pueden intervenir todos los sentidos. Describiré más adelante los tres más utilizados por los sanadores: el visual, el auditivo y el cinestésico (tacto). Pero el lenguaje diferirá según el sentido que se emplee para acceder a la información. Lo más probable es que ese lenguaje no sea un lenguaje técnico médico.

La descripción de la enfermedad por el sanador usando la EPS visual

Cuando el sanador utiliza el tipo de EPS visual, los órganos del cuerpo presentan unos colores concretos que guardan relación con la salud y otros colores que corresponden a la enfermedad y la disfunción. El sanador se limita a observar los órganos del cuerpo para comprobar si están débiles o fuertes, si son hipeactivos o hiperactivos. Cuando ha descubierto los órganos específicos que requieren más atención usando esta modalidad general de sondeo, el sanador puede concentrarse en un examen más detenido de cada órgano disfuncional.

Permítame citar algunos ejemplos de cómo funciona el sentido visual. Cuando observa el hígado, el sanador puede concentrarse primero en el hígado entero para comprobar su tamaño relativo y descubrir si está o no dilatado. También puede reparar en si parece demasiado denso para su funcionamiento normal. Puede variar su resolución -como hace usted cuando repasa un artículo de un periódico y se concentra en una frase concreta- para determinar si algunas partes del hígado funcionan por debajo de sus posibilidades mientras que otras realizan un sobreesfuerzo, con sólo observar el hígado en acción. Si existen algunas partes del hígado en las que se acumula material de desecho, el color aural de ese material indica si éste es demasiado ácido o demasiado alcalino. El sanador puede ver si estos residuos son demasiado viscosos para salir del hígado. Lo hace con sólo observar la densidad del líquido y su desplazamiento a través del hígado.

Por ejemplo, yo he visto muchas veces una acumulación de líquido verde o amarillo estancado en algunas partes del hígado. Esto implica una acumulación de toxinas en el hígado y una producción excesiva de bilis. En ocasiones, el color amarillo es causado por algunos medicamentos que la persona ha tomado recientemente y que el hígado tiene dificultades para procesar. La percepción aural de la hepatitis es siempre una franja o capa de color anaranjado. A veces, si alguien ha tomado medicamentos contra la hepatitis, se manifiesta en el hígado como una zona de mucosidades pardas y espesas. La quimioterapia contra el cáncer de mama y de otros tipos aparece siempre como una mancha verdeparduzca en el hígado. Si se ha administrado quimioterapia por vía intravenosa a través del brazo, el aura de éste presenta también una tonalidad verde-parduzca. Yo he visto configuraciones que persistieron en el campo aural hasta veinte años en casos en los que no se había suministrado curación.

El sanador puede ver los efectos de determinados alimentos o fármacos en el hígado. Muchas veces, una combinación de beber vino y comer quesos densos y empalagosos como el brie provoca un estancamiento considerable en el hígado. Se asemeja a mucosidades estancadas. Esto dificulta el ritmo natural y saludable del hígado y limita, por tanto, su rendimiento.

Para reunir más información, el sanador puede ampliar su resolución y concentrarse en el nivel celular para determinar la condición de las células. A menudo, éstas aparecen ensanchadas o alargadas. O bien la membrana celular podría no funcionar de un modo químicamente equilibrado, de suerte que algunos líquidos que en principio no deberían atravesar esa membrana lo hacen. Así, por ejemplo, el fumar suele resquebrajar, a largo plazo, la pared celular, haciéndola tan fláccida que la célula se alarga y se deforma. Los agentes contaminantes del tabaco forman, además, una capa ácida en el exterior de la membrana celular, que cambia entonces su permeabilidad. Mediante una resolución alta o microscópica, el sanador puede ver también microorganismos en el interior del cuerpo y describir su aspecto. Toda la información recabada a través del tipo visual de EPS se describirá con imágenes utilizando términos visuales. Toda esta información es facilitada, en el lenguaje del sanador, mediante términos descriptivos sencillos y no en los términos técnicos a los que el paciente o el médico está acostumbrado.

La descripción de la enfermedad por el sanador usando la EPS auditiva

El sanador puede utilizar también la EPS de tipo auditivo. Existen dos clases principales de información auditiva: sonidos (o tonos) y palabras. El cuerpo, los órganos y los tejidos emiten sonidos que pueden oírse

mediante la EPS, pero no con el oído «normal». Esos sonidos aportan información sobre la salud del cuerpo y de los órganos. Un cuerpo sano produce una hermosa «sinfonía» de sonidos que fluyen armónicamente.

Cuando un órgano no funciona correctamente, emite un sonido discordante. Desarrollando su vocabulario de sonidos, el sanador podrá describir la salud y la enfermedad presentes en los cuerpos físico y energético en términos de sonido.

Por ejemplo, usando la EPS auditiva, el sanador puede perfectamente oír un pitido muy agudo procedente del páncreas de un diabético. Verá además (con la EPS visual) un torbellino oscuro de energía sobre el páncreas que es la fuente de ese pitido. Estas dos partes de información le dirán de inmediato que el paciente tiene diabetes. (El sanador, a su vez, se servirá de sonidos o tonos para sanar, como veremos más adelante.)

La otra modalidad de EPS auditiva es la recepción de palabras. Si el sanador es experto en EPS auditiva, podrá acceder directamente al nombre de un organismo, una enfermedad o incluso un medicamento adecuado, incluidos la dosificación y el tiempo. La mayoría de los términos médicos son muy largos y complejos, lo que dificulta en gran medida captarlos a través de la EPS. Yo lo he logrado en muy contadas ocasiones. La mayor parte de la información auditiva que recibo llega en forma de directrices sencillas, o bien de largos discursos sobre el significado profundo de la existencia o sobre cómo funciona el mundo. A medida que avancemos, aportaré algunos ejemplos de esas directrices auditivas. Las meditaciones auditivas que se describen en la cuarta parte del presente libro son buenos ejemplos de discursos canalizados, que resultan muy útiles en el proceso curativo.

La descripción de la enfermedad por el sanador usando la EPS cinestésica

Cada órgano posee una vibración. Determinados órganos vibran más de prisa que otros. Usando el tipo cinestésico (sensación táctil) de la EPS, el sanador puede notar la vibración de cada órgano. Primero, el sanador percibe todo el sistema corporal en general y descubre los desequilibrios generales en los distintos órganos. Luego pasa a los sistemas orgánicos, y seguidamente a los sistemas interorgánicos. Por ejemplo, mediante el uso de la EPS cinestésica, el sanador percibirá la vibración orgánica del hígado para comprobar si es más rápida o más lenta de lo normal. Entonces, el sanador palpará regiones más extensas del cuerpo para verificar si la vibración del hígado está sincronizada con la de los demás órganos del cuerpo. Si la vibración del hígado es anormal, el sanador averiguará cómo su funcionamiento anormal afecta a los órganos vecinos y otras áreas internas del cuerpo.

Un interrogante típico que surge a partir de la descripción de la enfermedad facilitada por el sanador es: «¿Cómo un hígado poco activo (vibración anormalmente lenta, que denota una hipofunción) puede afectar al páncreas?». Mi respuesta, a partir de la información obtenida mediante la sensibilidad cinestésica, es que un hígado poco activo fuerza el páncreas y lo hace trabajar más, lo que provoca que la vibración del páncreas se intensifique, dando lugar a un páncreas hiperactivo. Con el tiempo, el páncreas estará demasiado débil por el sobreesfuerzo como para funcionar correctamente, y su vibración disminuirá también por debajo de lo normal, lo que dará lugar a un páncreas hipeactivo.

La información obtenida cinestésicamente de mujeres estériles que tratan de quedar embarazadas es muy interesante. En los cuerpos sanos, los ovarios vibran sincronizadamente entre sí, con el timo, próximo al corazón, y con la glándula pituitaria, en la cabeza. En muchos casos de esterilidad, las vibraciones de los ovarios están desequilibradas entre sí y con respecto a las vibraciones de los demás órganos. Los ovarios tienen que estar equilibrados entre sí, con el timo y con la pituitaria para poder producir un óvulo maduro y liberarlo justo en el momento oportuno. Cuando no vibran sincronizadamente, el óvulo será liberado en un momento inadecuado, durante el ciclo menstrual. Podría ser prematuro o demasiado maduro, o tal vez no llegue a ser liberado. Para restablecer el equilibrio, el sanador envía energía para restablecer una vibración sincronizada entre estas tres glándulas endocrinas. Esto se efectúa mediante una serie de técnicas de imposición de las manos. Yo he podido ayudar a muchas mujeres que eran estériles con este procedimiento. Ahora son madres. (Claro que, en algunos casos, también podrían estar involucrados otros órganos, de modo que el sanador tendrá que palparlos y equilibrarlos.)

Un buen ejemplo de ello ocurrió hace años, cuando yo todavía practicaba la curación en la ciudad de Nueva York. Mi cliente, Barbara, quería quedar embarazada. Tenía cuarenta y dos años.

Barbara había muerto clínicamente de una hemorragia en el momento de dar a luz a una hija quince años antes. Me dijo que podía recordar cómo había abandonado su cuerpo y había visitado a su padre muerto, quien le indicó que regresara a la Tierra. Le dijo que podía llevar a la Tierra todo el amor y la paz que ella sentía allí con él. Entonces, Barbara experimentó cómo era atraída nuevamente hacia su cuerpo. Un médico se inclinó sobre ella y declaró: «Se ha ido». Lo siguiente de que ella tuvo conciencia fue una corpulenta enfermera inclinada sobre ella, presionándole el pecho y gritando: «¡Respira, maldita sea, respira!».

Tras un largo período de recuperación en el que educó a su hija sola, hasta que volvió a casarse, Barbara quiso otro bebé. Sentía una honda preocupación al respecto. Nadie había dado con la causa de la hemorragia, de modo que podía volver a ocurrir. Además, Barbara tenía cáncer de útero desde cuatro años antes de casarse. Sus médicos temían que, debido a la cirugía, el cuello del útero tal vez no sería lo bastante fuerte como para aguantar el feto durante nueve meses.

Barbara había tratado de quedar embarazada durante tres años, sin éxito, hasta que vino a verme. Una breve inspección de su campo energético evidenció un gran desgarre en el segundo chakra. Sus ovarios no funcionaban correctamente, y no estaban sincronizados con el timo ni con la pituitaria. Ovulaba de forma infrecuente y, cuando lo hacía, el ciclo ya estaba demasiado avanzado para el óvulo. También vi el cuello de su útero debilitado, y otro sitio en el interior de la matriz donde había existido una antigua herida. Esto era el origen de la hemorragia.

Primero limpié la herida y reestructuré el primer nivel de su campo para que sanara. Luego reconstruí el campo energético del cuello del útero para fortalecerlo. Lo reforcé especialmente para que pudiera soportar el feto. A continuación, reparé todos los daños en el segundo chakra y lo estabilicé. Más tarde sincronicé los ovarios entre ellos, con el timo y con la pituitaria. A medida que cada sistema del cuerpo volvía a funcionar, la energía de Barbara aumentaba. Todo esto requirió una sesión en febrero de 1984.

Cité a Barbara en septiembre de 1990 para comprobar cómo recordaba aquel suceso. Barbara dijo: «Usted encontró un agujero negro energético en el origen de la hemorragia, y detectó también una disfunción energética en el cuello del útero. Descubrió las dos fuentes de inquietud de mis médicos. Quedé embarazada en marzo. Fue un milagro. Otra circunstancia interesante fue que vine a verle en mi noveno mes de gestación porque Annie había adoptado una posición invertida. Usted la giró... Otra parte interesante fue que usted me preparó para una cesárea. Recuerdo que percibí su preocupación. Recuerdo que yo traté de tranquilizarla diciendo: "Está bien, está bien, cuénteme todo lo que ocurre". Pues bien, me practicaron la cesárea. Al cabo de veinticuatro horas de parto, el cuello del útero no se dilataba y Ánnie estaba agotada».

Cuando Barbara acudió a su segunda curación en el noveno mes, recibí la orientación de que iba a sufrir una cesárea. No quería decírselo en un tono que indicara que tenía que ser así. Yo quería dejar espacio suficiente a la posibilidad de un parto natural, pero me las arreglé para advertirle que era una buena idea aceptar todo aquello que pudiera ocurrir, que tener el bebé era lo más importante, y no el hecho de tenerlo de un modo perfecto. Según recuerdo, mientras trabajaba con ella me pareció que teníamos una opción entre construir un cuello del útero robusto y tener un bebé por cesárea, o no formar un cuello del útero fuerte y correr el riesgo de perder el bebé.

Más tarde, Barbara dijo: «A fin de cuentas, esto no me hubiera preocupado. No tenía ningún prejuicio sobre cómo hay que dar a luz. Creo que la mayoría de las mujeres espirituales de la Nueva Era sienten mucho recelo hacia los procedimientos médicos. No pueden soportar la dualidad entre eso y el ser espiritualmente responsables de nuestra propia salud. Yo jamás he tenido algún problema en este sentido. Es su dualidad, no la dualidad real. Creo que mucha gente comparte, generalmente, un prejuicio sobre estos aspectos. Parece como si se tuviera que elegir entre asumir la responsabilidad sobre el propio bienestar espiritual y fisico y el procedimiento técnico, el conocimiento y la experiencia médicos. De hecho, cada vez que se efectúa esta elección, se limita la realidad, por cuanto no existe ninguna necesidad de elegir. Sólo cuando los dos aspectos cooperan juntos, la realidad aparece completa. Lo que todos intentamos hacer es sanar esa dualidad en la Tierra».

El uso de la EPS visual, cinestésica y auditiva combinadas para describir la enfermedad

Ahora, utilizando la EPS visual, auditiva y cinestésica a la vez, «enfoquemos» (término visual), «sintonicemos» (término auditivo) y «conectémonos» (término cinestésico) con el páncreas para «ver» (término visual) qué información podemos «captar» (término cinestésico). En las personas que tienen problemas para digerir dulces y azúcares, el páncreas «se mostrará» débil. En lugar de presentar un color vivo y nítido de melocotón, el páncreas tendrá un color de melocotón muy pálido. Puede que esté dilatado debido a su incapacidad de funcionar correctamente. El sanador puede «verlo» a través de la EPS visual. Aumentando la resolución visual, el sanador puede apreciar también montones de células de un color amarillento-ámbar en varias zonas del páncreas. El libro de anatomía nos dice que son los islotes de Langerhans. En algunos casos, puede haber un mayor número de esas acumulaciones de células, o cada islote puede presentar más células y ser más grande de lo normal, o cada islote puede estar constituido por células de un color amarillento-ámbar ensanchadas. El exceso de islotes de Langerhans refleja el esfuerzo corporal por producir más secreción de la que producen aquéllos. La EPS auditiva o un libro de fisiología nos dirá que esta secreción es la hormona insulina. Usando la sensibilidad cinestésica, el sanador comprueba que la vibración orgánica del páncreas es más lenta de la que considera normal. El páncreas funciona por debajo de sus posibilidades. Así, la EPS visual, auditiva y cinestésica combinadas nos anuncian que ese paciente requiere un trabajo curativo para restablecer el funcionamiento normal del páncreas.

Cuando un páncreas debilitado empieza a vibrar más lentamente de su pulsación normal, generalmente comienza a afectar la vibración del riñón izquierdo, situado directamente debajo de él. Pronto, este riñón vibra a un ritmo que corresponde a la pulsación más lenta del páncreas. Esto hace que el riñón vierta azúcar en la orina. El riñón aparece más oscuro que su color habitual. El sanador percibe que el funcionamiento del páncreas y del riñón ha disminuido. Incluso el tejido conjuntivo que envuelve los órganos, llamado fascias, empieza a endurecerse, contraerse y atar los órganos entre sí. Las fascias son el medio fisico que transmite la mayor parte del flujo de energía de la primera capa del campo aural a través de éste. Cuando se endurecen, su capacidad de conducir energía disminuye notablemente. Esto, a su vez, limita la cantidad de flujo energético que el órgano envuelto en las fascias puede recibir de los campos de energía que nos rodean.

Yo opino que esta conductividad limitada a través de las fascias tiene mucho que ver con el envejecimiento. Cuando se trabaja para ablandar los tejidos endurecidos, llega mucha más energía al órgano o al músculo

envuelto por las fascias. Ese órgano o músculo despierta y restablece la actividad y la salud. Este tipo de trabajo, combinado con una tarea de curación energética, es eficaz incluso en el caso de lesiones muy antiguas. Reactiva tejidos que han permanecido inservibles durante años. Se requiere mucho tiempo y atención para reparar las viejas lesiones, pero para mucha gente vale la pena. Las personas que realizan un trabajo corporal o energético que ablanda las fascias permanecen jóvenes más tiempo. Muchas de esas personas aparentan diez años menos de los que tienen.

Todos los sanadores emplean las mismas técnicas de EPS mencionadas arriba para describir problemas en los niveles del hara y de la estrella del núcleo. Esta información incluirá la descripción de cualquier deformación o disfunción en dichos niveles. (Los niveles del hara y de la estrella del núcleo y los cinco objetivos de la curación se verán en los capítulos 16 y 17.)

Objetivo 2: Curación mediante la imposición directa de las manos

Tal y como se ha descrito anteriormente, el sanador actúa como conductor de las energías curativas procedentes del campo de salud universal, o campo energético universal, que nos rodea. El campo energético humano no debe considerarse menos real que el cuerpo fisico. Existen varios niveles de cuerpos. El sanador trabaja con cada uno de ellos. Los niveles primero, tercero, quinto y séptimo del campo aural están estructurados de tal forma que contienen todos los órganos que conocemos en el cuerpo fisico, además de los chakras, que son órganos de entrada que metabolizan la energía del campo energético universal para la región del cuerpo en el que están alojados. Estos niveles estructurados parecen estar constituidos por rayos de luz fija. Las capas de numeración par no están estructuradas. Parecen manchas o nubes de líquido en movimiento. El líquido circula por las líneas de luz fija de las capas estructuradas.

El trabajo del sanador en los niveles estructurados consiste en reparar, reestructurar y recargar los cuerpos energéticos. La tarea del sanador en los niveles no estructurados del campo consiste en despejar las zonas estancadas, cargar las zonas debilitadas y equilibrar las áreas sobrecargadas con el resto del campo.

Todo esto tiene un importante efecto en el funcionamiento del cuerpo físico. Aun cuando el órgano fisico haya sido extraído, el hecho de reconstruirlo en las capas estructuradas del campo y cargarlo en las capas líquidas del campo tiene un efecto curativo muy intenso en el cuerpo. En los casos en que se ha extirpado la glándula tiroides, yo he visto nítidamente cómo una tiroides reestructurada en el nivel aural reducía la dosis de medicación tiroidea que debía tomar el paciente. La actividad curativa de la imposición de manos suele disminuir el tiempo de curación en un tercio a la mitad del tiempo normal, limita la cantidad de medicación necesaria y reduce en gran medida los efectos secundarios de las modalidades invasoras.

Una amiga mía que era muy alérgica a los fármacos sufrió una doble operación de cataratas. Tan sólo ingirió medicamentos durante la intervención quirúrgica. Luego no tomó calmantes, practicó la autocuración varias veces al día a diario, y sanó el doble de rápido que el tiempo de recuperación «normal» tras la extracción del cristalino de un ojo. Los problemas sencillos, como un esguince de tobillo, que generalmente requiere dos semanas ayudándose con muletas, pueden curarse en media hora o tres cuartos de hora si se trabaja con ellos de inmediato.

Si no es posible administrar una curación de imposición de manos inmediatamente, otros métodos curativos desarrollados por la medicina osteopática, la integración estructural (rolfing), el trabajo con tejidos profundos o miofascias, reducirán el tiempo de curación a unos pocos días. Cuando ocurre una lesión de esa naturaleza, el cuerpo retrocede y se contrae ante la lesión. Las fascias y los músculos permanecen a veces en una posición contraída. Estos métodos son muy útiles para curar lesiones que dan lugar a desalineaciones, tensiones, esguinces, cardenales, fracturas y trastornos en la columna vertebral. Manteniendo el cuerpo en determinadas posiciones de tensión y siguiendo las vibraciones corporales, se puede conseguir la relajación de las torsiones que resultaron de la lesión.

Recientemente, una mesa muy pesada se hundió sobre la espinilla y el pie de una alumna de técnicas curativas. La incorporamos en seguida y trabajamos con ella durante unos cuarenta y cinco minutos. Ella temía haberse roto la pierna. Tras un detenido examen con EPS visual, comprobamos que no estaba rota. Presentaba muchas erosiones y moratones. Recurrimos a técnicas de imposición de manos para reestructurar el campo energético, simultáneamente con una técnica de relajación estructural. Al cabo de los cuarenta y cinco minutos ya no había hinchazón, muy pocos cardenales, y alguna erosión. Ella descansó unas horas con una aplicación de hielo sobre la zona afectada, y al día siguiente andaba con normalidad. Parecía como si se hubiera golpeado en la pierna dos semanas antes.

Yo he visto tumores benignos «operables» que ya no era necesario operar tras unas sesiones curativas con imposición de manos. He visto pacientes aquejados de afecciones cardíacas que eludían una intervención a corazón abierto, pacientes con cáncer que limitaban la dosis de quimioterapia necesaria, estadios primerizos de diabetes que se invertían, colonectomías que podían evitarse. He visto desaparecer un cáncer. He visto vidas completamente renovadas tal y como sus protagonistas anhelaban que fuera su vida.

El sanador realiza también un trabajo de imposición de manos en los niveles del hara y de la estrella del núcleo. En cuanto el sanador ha determinado el estado de estos niveles, puede trabajar directamente en cada uno de ellos. La curación del hara y/o de la estrella del núcleo es una tarea compleja. Requiere mucha formación y práctica para dominarla. (Esto se comentará en los capítulos 16 y 17.)

Objetivo 3: Obtención de un historial clínico más amplio y completo

La tercera área de trabajo del tándem sanador-médico es la recopilación de un historial clínico. El médico lo hace a través de las fichas médicas personales y familiares del paciente. El sanador obtiene información histórica presenciando psíquicamente eventos pasados, que están relacionados fisica y psicológicamente con la enfermedad. El sanador posee la capacidad de retroceder en el tiempo y observar la secuencia de sucesos que han ocurrido a un órgano, una parte del cuerpo o todo el sistema corporal en los niveles del cuerpo fisico o energético. El sanador hace esto conectándose cinestésicamente, en primer lugar, con la parte afectada, y luego consultando la memoria.

Viene a ser el mismo proceso que cuando usted activa su memoria. Usted lo hace automáticamente por sí solo. Parece como si retrocediera en el tiempo para presenciar un acontecimiento del pasado. Inténtelo por otra persona conectándose primero con ella y activando luego la memoria. Quedará sorprendido. Usted puede acceder también al pasado de esa persona, cuando fue educado en la creencia de que el único pasado que es capaz de recordar es el suyo.

En el nivel fisico, el sanador utilizará la EPS para presenciar, en una secuencia invertida, los traumas que acontecieron a una parte concreta del cuerpo. En mi experiencia, la mayoría de las enfermedades graves no son nuevas. La configuración de la enfermedad ha evolucionado durante un largo espacio de tiempo y a través de una serie de formas y síntomas distintos que se han compilado en la afección actual. Su estado en el presente representa la suma total de su experiencia en la vida.

Un ejemplo común reside en los problemas de cadera que afecta a las personas mayores. La mayoría de los problemas de cadera en edades avanzadas son estimulados por una desalineación estructural de la columna vertebral o las rodillas en edades más tempranas. Las deficiencias nutritivas pueden contribuir también al proceso degenerativo, hasta que la persona mayor cae y se rompe la cadera.

Mucha gente observa que una misma parte del cuerpo se lesiona reiteradamente. En cuanto un tobillo se tuerce y sufre un esguince en una pista de tenis, es muy probable que ese mismo tobillo debilitado vuelva a lesionarse. Esta desalineación en el tobillo irradia por todo el sistema estructural del cuerpo entero y afecta a todas las partes del mismo. Una caída de un triciclo en la infancia, con el consiguiente golpeo de la rodilla, puede derivar en una lesión de la rodilla yendo en bicicleta al cabo de unos años, la cual, a su vez, conduce a un trauma en la rodilla haciendo jogging, y así sucesivamente. Cada lesión incrementa la desalineación estructural, que conlleva más tarde nuevas lesiones.

Generalmente, para cuando surge un problema fisico grave en el cuerpo fisico, esa parte del cuerpo ha sufrido ya múltiples traumas. Un problema en un órgano es señal de que el problema ha incidido profundamente en el cuerpo. Los efectos de los antiguos traumas de la infancia se intensifican, se arrastran y se mantienen a través de los reiterados malos hábitos de vida en los niveles fisico, emocional, mental y espiritual. La gente recrea y repite problemas en su vida una y otra vez a partir de sus sistemas de creencias negativos. Estos sistemas suelen ser inconscientes. Con el uso de la EPS, es posible leer secuencialmente esas experiencias negativas recreadas.

Una paciente llamada Tanya, que vino al mundo con el cordón umbilical enredado alrededor del cuello y requirió un fórceps, repitió estos traumas en la cabeza y el cuello de formas distintas a lo largo de su vida. Siendo niña, se cayó de un cañón en un parque y se dio con la cabeza en el suelo. Más tarde, se cayó de los árboles en más de una ocasión. Luego, su hermano la golpeó accidentalmente en la cabeza con un bate de béisbol. Ella estaba de pie detrás de él cuando éste dirigió el bate hacia atrás para golpear una pelota. Cada vez que Tanya recibía un impacto en la cabeza, su cuello empeoraba también. Su padre le pegaba reiteradamente cuando su madre le decía que la niña era «mala». Ella no sabía el momento en que recibiría el castigo, porque éste tenía lugar muchas horas más tarde, cuando su padre llegaba a casa del trabajo. A veces la golpeaba con una vara mientras la tenía cogida cabeza abajo por un pie. Más tarde, recibió repetidos golpes en la cabeza de un marido violento. Esto aconteció durante casi diez años. Durante ese tiempo, se produjo una torcedura en el cuello en la habitación de un motel, cuando un hombre trataba de quitarle el bañador. Dos años más tarde, sufrió otro latigazo en el cuello y una fractura de cráneo a la altura del nacimiento del pelo en un accidente de automóvil. Las continuas lesiones en la cabeza y el cuello causaron una desalineación estructural cada vez más acusada que debilitaba no sólo las áreas directamente implicadas, sino también todo el sistema estructural. Tanya tenía todo el costado izquierdo del cuerpo debilitado. Ella afirmaba que era consecuencia de haberse casado con un marido diestro, de modo que el costado izquierdo recibía la mayoría de golpes. Posteriormente, mediante la imposición de manos y la relajación estructural, logró curar la mayoría de sus lesiones.

Comoquiera que todos los órganos trabajan juntos, la disfunción crónica en un órgano concreto termina por afectar a todos los demás. Primero, los otros órganos pueden efectuar un sobreesfuerzo para compensar el mal funcionamiento de un órgano. Más tarde, es posible que rindan por debajo de sus posibilidades, porque son incapaces de soportar la tensión de más. Para el sanador, que contempla el funcionamiento del cuerpo desde el punto de vista holográfico, cualquier cosa que ocurre en una parte concreta del cuerpo tiene siempre conexión con el resto del cuerpo.

Yo presencié un interesante caso de deficiencias nutritivas tempranas en un hombre que sufría desgarres en la pantorrilla. Cuando retrocedí en el tiempo, observé que la causa estaba relacionada con el hecho de que, siendo adolescente, mi paciente había tomado mucha leche. La leche no era la mejor fuente de calcio

para su cuerpo. Cuando éste desarrolló células óseas, éstas se hicieron «demasiado duras» y no dejaban que los músculos se insertaran adecuadamente en el hueso. Por ello, a sus cuarenta años de edad, se producía desgarres en la pantorrilla cuando hacía jogging.

Objetivo 4: Ayuda a los pacientes para que encuentren el significado y las causas profundas de su enfermedad

Mediante la EPS, el sanador ayuda al paciente a acceder a información general sobre los antecedentes del paciente en el nivel psicológico. Esto incluye información sobre posibles traumas infantiles, la interacción con los padres y el entorno, la actitud mental del paciente ante la vida, y el sistema de creencias de la persona.

El sanador utilizará también la EPS para «leer» información específica sobre el historial psicológico que tiene correlación con una dolencia actual. Para hacer esto, el sanador se conecta con la parte enferma del cuerpo y retrocede en el tiempo *mientras permanece sintonizado con el nivel psicológico y* presencia las pasadas experiencias del individuo relacionadas con el problema fisico. Esto revela también muchas cosas sobre la personalidad del paciente, sus traumas psicológicos en la infancia, y las reacciones a los mismos que crean determinados modelos vitales insanos que, a su vez, llevan a la creación parcial de los problemas físicos.

Esta información, cuando se maneja con tacto, puede contribuir en gran medida al proceso curativo personal del paciente. Ayuda a los pacientes a abandonar acciones insanas habituales que causan desequilibrios en su sistema energético, los cuales conducen, tarde o temprano, a la enfermedad en el cuerpo físico.

La idea de que alguien puede provocar accidentes en su vida como consecuencia de sus creencias y sus viejos traumas es, sin duda, interesante y controvertida. Algunos accidentes son claramente resultado de la intención. Estoy segura de que. usted habrá visto a niños que se hacen daño inmediatamente después de haber afrontado algo que no habrían hecho.

El caso de Tanya es un buen ejemplo de ello. Mientras Tanya trataba de autosanarse mediante la curación con imposición de manos y el trabajo con tejidos profundos, pudo darse cuenta de cómo ella misma había contribuido a crear sus lesiones, incluso el accidente de automóvil en el que ella no conducía. Se conectó con su intención de seguir siendo la «víctima» de los demás, que, de alguna manera, desde una lógica infantil, significaba que ella era «buena». Esto es lo que yo entiendo por un sistema de creencias negativo. Para seguir siendo «buena» desde el razonamiento inconsciente de una niña, tenía que ser «víctima». Su padre le pegaba como castigo por ser «mala». A la luz de su lógica infantil, entonces el castigo la hacía «buena» otra vez. Tanya recordó también que cuando su padre le pegaba, ella se sentía conectada con él. Además de estar aterrorizada, también podía sentir el dolor de su padre y que el hecho de pegarle mitigaba parte de ese dolor. Ésta es la base del martirio. En el accidente de coche, era su violento marido quien conducía. Usted se preguntará: «¿Cómo podía Tanya asumir la "culpa" de eso?». Ella no asumió la culpa, sino que se conectó con la intención de hacerse daño a sí misma la noche anterior. Era un modo de poner fin al intenso dolor de su vida. Dijo que la noche previa al accidente, estaba muy trastornada. Su marido trataba de incitarla a verse con un antiguo novio, y ella no sabía qué hacer. Recuerda que miraba constantemente la gran ventana de cristal de su casa mientras pensaba el bien que le haría cruzar la sala corriendo y atravesar la ventana de cabeza. Añadió que se sentía totalmente desquiciada.

Por último, consiguió dejar el matrimonio y construirse una nueva vida. Después de todo el trabajo que dedicó a sí misma, tan sólo había transcurrido un año desde su divorcio cuando inició una relación muy sana y solidaria con su marido actual, que se ha prolongado durante siete años.

Durante la lectura y el despliegue de información del pasado, el sanador trabaja también directamente para despejar la distorsión del campo energético que tiene correlación con esos eventos y esos traumas. El trabajo se realiza en ambos niveles a la vez. La información se lleva a la conciencia, mientras se despejan las distorsiones en el campo causadas por esos acontecimientos. Esto ejerce un efecto muy positivo en la curación para el paciente.

Entonces el sanador puede sintonizarse con los niveles más elevados del paciente que revelan modelos de pensamiento o formas de pensamiento habituales que se apoderan de la psique del paciente y la gobiernan en ocasiones. Con el tiempo, el sanador podrá también ayudar al paciente a descubrir sus sistemas de creencias negativos e insanos que constituyen la causa fundamental de los hábitos de vida insanos que generan la enfermedad.

Cuando Tanya se conectó con sus esfuerzos inconscientes por ser una víctima y, por consiguiente, «buena», empezó a cambiar de postura. Alcanzó el nivel del hará de la intención. Tenía la intención de ser una víctima para seguir siendo «buena» y para no tener que salir al encuentro del mundo y aceptar la responsabilidad sobre sí misma.

Se alineó con una intención positiva de cambiar. Fue necesario conectarse con una parte más profunda de sí misma que ya sabe que es buena: su núcleo. Desde la perspectiva más amplia, la causa de la enfermedad consiste en olvidar quién es usted en realidad (desconexión del núcleo), y la curación es el hecho de recordar el verdadero ser (conexión con el núcleo). Así, Tanya empezó a recordar quién es. Se conectó con su bondad interna y básica abriendo canales de comunicación con su estrella del núcleo. Ya no tenía que demostrar su bondad a través de su victimización.

Objetivo 5: Creación de modalidades de tratamiento más efectivas

El quinto objetivo principal del tándem sanador-médico consiste en aportar nuevas modalidades de tratamiento combinado. Los resultados de los cuatro primeros objetivos -la descripción de la enfermedad, la información sobre el funcionamiento del cuerpo, los cambios en la perspectiva de las causas y el significado más profundo de la enfermedad, y los intensos y positivos efectos curativos de la imposición de manos- aportan grandes cambios en las modalidades de tratamiento y nuevas directrices que nos ayudan a conservar la salud.

Algunos cambios importantes en las modalidades de tratamiento son:

1. Todo el enfoque de la salud y la curación se convierte en un paradigma nuevo que incluye todos los aspectos del amplio espectro de la experiencia de la vida humana. Desde la perspectiva holística, en la que todo afecta a todo lo demás, ninguna área de la vida del paciente puede aislarse y entenderse separada de los problemas de salud. Se considera también que el paciente tiene mucho que ver en la creación del problema.

2. Al comprender cómo nuestros hábitos de vida y nuestro entorno psicológico afectan a la salud, cambiamos nuestra actitud respecto a la conservación de ésta. Concentramos la atención en esas áreas para mantener la salud. Desarrollamos hábitos psicológicos sanos y aprendemos a procesar automáticamente viejos bloqueos emocionales y sistemas de creencias que nos provocan dificultades físicas.

3. La necesidad de prescripción de medicamentos y cirugía disminuye. Yo he tenido varios pacientes que no necesitaban cirugía. Cuando acudían al examen previo a la intervención, sus médicos la cancelaban. Yo he ayudado a varias personas a encoger tumores y glándulas tiroides, a eliminar células aberrantes del útero para evitar una histerectomía, a eludir la extirpación del colon, y a evitar una operación a corazón abierto.

Muchas prescripciones de medicamentos han sido reducidas por los médicos porque sus pacientes se restablecieron más pronto de lo previsto. El uso de calmantes ha disminuido notablemente en pacientes aquejados de dolores crónicos, como dolor de cabeza, de espalda, o dolor en los ovarios.

4. El trabajo conjunto de sanadores y médicos puede proporcionar una información personal más específica para cada paciente respecto al remedio o medicación que conviene administrarle y al momento exacto en que iniciar e interrumpir una medicación concreta. Los sanadores también pueden aportar información sobre cómo y cuándo disminuir la medicación durante el proceso curativo. Desde el punto de vista del sanador, ninguna hierba, remedio o fármaco es perjudicial o necesariamente indeseable en sí mismo. Lo más importante es que el paciente tenga la libertad de escoger el método de tratamiento más eficaz y apropiado para él. Como dice mi guía Heyoan, «La sustancia precisa, en la dosis precisa y en el momento preciso, actúa como una sustancia alquímicamente transformadora para la curación».

El sanador puede leer los efectos que una hierba, un remedio homeopático o un medicamento concreto tienen en el cuerpo del paciente. Para el sanador, es posible ver a la paciente tomando remedios homeopáticos para ver el efecto que tiene en el campo energético, por cuanto los remedios ejercen efectos inmediatos y a largo plazo en el campo. Si el remedio homeopático es inadecuado, no tendrá efecto alguno. Si el remedio no es lo bastante potente, no penetrará en el campo ni tendrá un efecto intenso. Una potencia más elevada sí lo tendrá. Una potencia más alta llegará a niveles más elevados del campo y quizá no afectará inmediatamente los inferiores. Esta información puede resultar muy útil al homeópata, no sólo para escoger el remedio correcto sino para determinar el lugar de los cuerpos energéticos del paciente donde se desea que el efecto sea mayor. Yo he descubierto que la curación reducirá la cantidad de medicación que requiere el cuerpo, incluso en caso de que se haya extirpado una glándula. Lo he experimentado muchas veces con personas diversas y con distintos tipos de medicación. Es una consecuencia automática del proceso curativo de la imposición de manos.

La reducción de la cantidad de medicación requerida por los pacientes sometidos a curación es un proceso gradual. Normalmente, al principio el guía aconseja que el paciente siga recibiendo la medicación que se le ha prescrito. Tras un período de curación, quizá de sólo unas semanas, el guía sugiere que se disminuya la medicación en una cuarta parte. Al cabo de unas semanas o meses más, será necesaria otra reducción.

Permítame citar un ejemplo. Yo trabajaba con una joven aquejada de múltiples trastornos físicos casi desde su nacimiento: muchas enfermedades y no pocas operaciones quirúrgicas. La chica tenía veintitantos años. Sus progresos eran lentos, pero iba recuperando la salud y la energía. Al cabo de unos seis meses de curación, su salud alcanzó un punto muerto. Las sesiones curativas no parecían causar demasiado efecto. Pedí una orientación específica, recurriendo a la EPS auditiva, sobre el motivo por el que había dejado de progresar. Oí estas palabras: «Dile que reduzca su medicación para la tiroides en una tercera parte». Por aquel entonces, yo desconocía por completo que tomara ese tipo de medicación. La interrogué al respecto, no sin algún reparo. Ella confirmó que la tomaba. En las siguientes semanas, con el consentimiento de su médico, redujo la dosis de medicamento según la orientación canalizada y empezó a recuperar más salud. Al cabo de cinco meses, se hizo necesario efectuar otra reducción. Poco después abandonó el tratamiento, satisfecha de su salud, y decidió acceder a la universidad.

5. Los sanadores pueden ayudar a elegir modalidades de tratamiento. Por ejemplo, antes de que Jennifer viniera a mi despacho para su primera cita, yo recibí información según la cual mi paciente debía escoger el tipo de quimioterapia que duraba tres meses y utilizaba dos fármacos, en lugar del que duraba dos meses y usaba tres fármacos. Yo no conocía a Jennifer ni sabía por qué deseaba someterse a curación conmigo.

Cuando Jennifer me describió su afección, explicó que una semana antes su oncólogo le había ofrecido escoger entre dos quimioterapias distintas para el tratamiento de su cáncer. Una consistía en usar tres medicamentos durante dos meses, mientras que la otra empleaba dos medicamentos durante tres meses. Ella acudía a mí para que la ayudara a tomar la decisión. Ni decir tiene que yo ya disponía de la respuesta.

6. El trabajo con un sanador puede ayudar a reducir los efectos secundarios negativos de muchos tratamientos severos, no sólo porque se requiere menos tratamiento, sino también porque la imposición de manos disminuye los efectos secundarios negativos durante el tratamiento. También reduce o elimina el deterioro a largo plazo del cuerpo debido a los tratamientos de quimioterapia y radiación. La quimioterapia contamina el hígado y debilita el sistema inmunitario natural del cuerpo. La imposición de manos estimula la función hepática. La terapia de radiación resquebraja la primera capa del campo energético como si fuera cristal; la imposición de manos lo repara.

En muchos casos, de diez a veinte años después, las partes del cuerpo sometidas a radiación empiezan a evidenciar disfunciones. Una paciente perdió la mayor parte del uso de sus brazos porque los nervios se deterioraron. Diez años antes, había recibido tratamientos de radiación muy intensos en la región del plexo braquial (la zona donde los nervios que recorren los brazos salen de la espina dorsal) para combatir la enfermedad de Hodgkin.

Al tratar a otra paciente con la imposición de manos tan pronto como la radioterapia lo permitió, comprobamos que podíamos eliminar continuamente el campo aural fragmentado y recargarlo en cada ocasión. Esa paciente presentó muy pocos efectos negativos del tratamiento de radiación.

Otra paciente había sufrido una intervención quirúrgica en la columna vertebral diez años antes de conocerme. Cuando acudió a mis sesiones curativas, seguía guardando cama la mayor parte del tiempo. Sólo podía andar hasta el baño y viceversa. Yo vi un tinte rojo encerrado en su columna vertebral. Aparentemente, se había utilizado para examinar la columna por medio de algún aparato clínico. Al cabo de unas sesiones curativas para eliminar el tinte rojo, la mujer recuperó mucha energía y pudo andar de nuevo.

Las curaciones posquirúrgicas mitigan eficazmente el dolor y combaten lo que podría convertirse en efectos secundarios a largo plazo. Una paciente llamada Elizabeth seguía teniendo dolor en el ovario derecho y en la región abdominal del cuerpo un año después de un parto con cesárea. Pude ver que las líneas de energía de la primera capa del campo estaban enredadas y bloqueaban el flujo energético normal a esa zona del cuerpo. En una sesión curativa logré desenredar, alinear y reconstruir las líneas de energía de la primera capa del campo. Su dolor se extinguió de inmediato y no ha vuelto en dos años. Si las distorsiones en su campo hubieran persistido, probablemente Elizabeth habría contraído infecciones en esa parte del cuerpo, puesto que la falta de flujo energético habría acabado por debilitar la zona.

En el caso de Richard W (véase la transcripción de la sesión curativa en el apéndice A), una cicatriz vertical en el pecho causada por una intervención a corazón abierto interfería en el flujo energético que irrigaba el corazón y el pecho. Su reparación garantizó una salud más duradera en esa zona.

7. La información sobre los efectos negativos a largo plazo de las modalidades de tratamiento severas que se emplean en la actualidad cambiarán el protocolo de esa utilización.

Cuando comprendamos los efectos negativos a largo plazo que muchos tratamientos severos tienen sobre nuestro campo energético y nuestro cuerpo físico, no se utilizarán de un modo tan inmediato como se hace en la actualidad. Ya he citado un ejemplo de cómo un tinte rojo permaneció alojado en la columna vertebral durante diez años después del tratamiento. Yo he visto otras sustancias encerradas en el hígado al cabo de unos años de haber sido empleadas para el tratamiento de la hepatitis. A veces se administran fármacos en dosis demasiado fuertes a algunas personas que son más sensibles que otras. Cuando podamos obtener una información más específica sobre la dosis que un individuo es capaz de soportar, podremos medir mejor la dosificación apropiada para el paciente.

En algunos casos, la cantidad de medicación necesaria puede reducirse drásticamente a través de métodos curativos. Por ejemplo, yo trabajé con otra sanadora para ayudar a una joven a quien habían de realizar un trasplante de hígado. Preparamos su campo energético antes de la intervención. Después de ésta, conectamos sus cuerpos energéticos al nuevo hígado reconstruyendo todas las líneas de energía que habían sido cortadas para extraer el hígado viejo. Podíamos ver que el nuevo hígado era más grande que el original. Tratamos de advertir al personal del hospital que la paciente necesitaba menos cantidad de medicación que impedía que su organismo rechazara el hígado. Por desgracia, no conseguimos que nos hicieran caso. Finalmente, redujeron la medicación cuando ella empezó a evidenciar efectos secundarios. Ahora ya está bien.

8. Gracias a la EPS, se han descubierto modalidades de tratamiento completamente nuevas que no se han usado jamás. Por supuesto que deberán investigarse y ponerse a prueba. Algunas de ellas escapan a las posibilidades de la tecnología actual. Por ejemplo, en cierta ocasión recibí la información de que había que administrar una determinada sustancia mediante gota a gota directamente en el bazo de un niño aquejado de leucemia; esa tecnología no existía. He obtenido información que describe máquinas que filtran la sangre de los pacientes de SIDA. Desgraciadamente, tales máquinas no existen en el momento de escribir estas líneas. Algún día se construirán máquinas capaces de emitir determinadas frecuencias al interior del cuerpo para disolver el tejido cicatrizante. Otras frecuencias emitidas por el mismo mecanismo harán explosionar las células cancerígenas sin afectar las células normales, debido a la diferencia entre la estructura de la pared celular de las células normales y cancerígenas.

Dado que la configuración de la enfermedad aparece siempre en el campo aural antes que en el cuerpo fisico, desarrollaremos modalidades de tratamiento e instrumental que curen la enfermedad en los cuerpos del campo energético antes de que tenga ocasión de difundirse por el cuerpo fisico. Esto evitará muchas dolencias fisicas.

9. Seremos también mucho más conscientes del entorno fisico en que vivimos y de cómo afecta a nuestros campos energéticos y a nuestra salud. Una de las áreas más interesantes que he descubierto al leer el funcionamiento de los sistemas fisicos mediante la EPS consiste en los equilibrios químicos altamente sensibles que necesita el cerebro. Debido a la contaminación a la que todos estamos expuestos, muchos de esos equilibrios químicos sensibles que existen en el cerebro se ven afectados en gran medida. Muchos grupitos de distintas clases de células, que estoy segura son muy conocidas para los fisiólogos del cerebro, producen diversas sustancias químicas en el cerebro que no sólo se regulan entre sí y rigen las distintas áreas del cerebro, sino también el funcionamiento del cuerpo entero. La contaminación ambiental -como los aditivos alimentarios, la radiación de muy baja frecuencia en los campos eléctricos de las líneas de alta tensión y la polución del aire- altera esos equilibrios químicos. Durante largos períodos, la lenta acumulación de la contaminación interna aumenta estos desequilibrios y afecta en gran medida la salud corporal. Este tipo de información puede obtenerse a través de la EPS y, con suerte, algún día se someterá a prueba en los laboratorios.

La energía vital que contienen los alimentos disminuye también por culpa de la contaminación. Debido al envenenamiento químico del suelo, las propias plantas no producen alimentos con ritmos vibratorios lo bastante altos como para mantener la salud del cuerpo humano. Los índices de vibración de los alimentos ingeridos deberían estar dentro de la gama de las vibraciones vitales de los órganos, o de lo contrario reducirán las pulsaciones de los órganos y llegará un momento en que éstos perderán la salud. En la sociedad occidental hay muchas personas que toman vitaminas y minerales porque los alimentos que ingerimos no contienen la suficiente energía vital. Ingiriendo alimentos sanos y no contaminados, nuestro cuerpo fisico puede conservar las pulsaciones que están sincronizadas con las vibraciones de la propia Tierra. He aquí una de las razones por las que la comida orgánica es tan importante.

Recuerde que la Tierra, en su conjunto, posee sus propias pulsaciones vitales. Una de ellas es la pulsación del campo magnético terrestre. Vibra ocho veces por segundo, es decir, 8 hertzios. Comoquiera que hemos evolucionado físicamente dentro de esa vibración magnética, es muy favorable para nosotros. Antes de contaminarse, nuestro suelo transmitía las pulsaciones saludables de la Tierra. Los alimentos naturales que consumíamos eran sanos, porque estaban sincronizados con la vibración terrestre. Ahora, cuando comemos una zanahoria que se ha desarrollado en un suelo envenenado y contaminado, la zanahoria no entra en el cuerpo con la misma energía vibratoria que una zanahoria saludable que hubiera crecido en un suelo sano y sincronizado con la Tierra. Muchas veces, esa zanahoria constituye un veneno para nosotros, y haríamos bien en no comérnosla. Tenemos una gran necesidad de la industria de alimentos sanos. Es un intento de suministrarnos la nutrición que aporta la energía vital que nuestro cuerpo necesita y de restablecer el equilibrio entre nosotros y la energía vital de la Tierra que dio origen a nuestro cuerpo.

A medida que sanadores y médicos cooperen más a menudo, tenderemos vías de comunicación. Aprenderemos a combinar la información obtenida por el sanador mediante la EPS con la información que el médico reúne durante los años de su formación y mediante la verificación fisica con tecnología avanzada. No tengo duda de que el sanador y el médico constituirán un tándem extraordinario. Con el tiempo, los médicos desarrollarán su propia EPS. Y los sanadores colaborarán en el laboratorio para desarrollar un instrumental que verifique y cuantifique la información recopilada por ellos mismos. Algún día dispondremos de un instrumental sensible que podrá efectuar un estudio nacional de los sistemas energéticos de la gente para impedir que los desequilibrios en el campo se precipiten en el cuerpo fisico, lo que más tarde se manifestaría en forma de enfermedad en el cuerpo fisico.

TERCERA PARTE

LA EXPERIENCIA PERSONAL DE SANAR

«El nacimiento y la muerte de las hojas forma parte de ese ciclo superior que se mueve entre las estrellas.»
RABINDRANATH TAGORE

Introducción
EL MOMENTO DE OCUPARSE DE SÍ MISMO

Cuando yo recibía clientes regularmente, me parecía evidente que todos mis pacientes debían mejorar la manera en que se ocupaban de sí mismos. Eso implicaba que cada uno de ellos tenía que asumir mucha responsabilidad para trabajar en las distintas áreas de cuidado personal que requería. Debía reordenar su vida para situarse a sí mismo y a su salud en lo más alto de la lista de prioridades. Esto exige un gran esfuerzo, por cuanto generalmente se concede prioridad a otras cosas.

Así, por ejemplo, las pacientes de cáncer tendían a orientar sus prioridades hacia las necesidades ajenas, como las del marido y las de los hijos. Muchas de ellas experimentaban una gran presión de sus familiares para que regresaran a casa y se ocuparan de todo lo antes posible. El hecho de que esa presión fuera, por lo general, indirecta o encubierta hacía aún más dificil para mi cliente afrontar directamente su situación personal. Los miembros de su familia dirían: «Sólo queremos volver a hacer vida normal».

Las personas aquejadas de problemas cardíacos y acedía orientaban sus prioridades hacia el trabajo. Algunas de esas personas debían aprender a confiar en los demás y delegar la autoridad. Su proceso curativo les incitaba a preguntarse a sí mismos por qué necesitaban tanto ejercer el control. Solían descubrir que no se sentían seguros sin ejercer el control. Vivían impulsados por su voluntad más que por su corazón.

Para conservar adecuadamente su salud, tiene que ocuparse de sí mismo holográficamente; es decir, en todas las áreas y en todos los niveles de su vida. El proceso curativo requiere un cambio drástico. No sirve de nada acudir a un sanador para que le solvente un problema de modo que su vida «vuelva a la normalidad». Plantéese en cambio aventurarse en un nuevo territorio, acceder a nuevas formas de cuidado de sí mismo, nuevas prioridades en la vida, nuevas formas de relacionarse con sus familiares, sus hijos y sus amigos. Éstos no lo aceptarán tan fácilmente como usted desearía; probablemente surgirán algunos puntos de conflicto, algunas diferencias de opinión. Pero, con el tiempo, el proceso redundará en beneficio de todos. Su tarea consiste en mantenerse fiel a su verdad.

Usted podría argumentar: «Esto es ridículo. ¿Cómo puedo hacer eso estando enfermo? Debería limitarme a descansar».

Mi respuesta es que éste es el momento que usted se ha concedido para hacerlo. De hecho, dispone de todo cuanto necesita para ello. Cuando repasemos la lista de niveles de cuidado personal y las cosas que requieren atención, podrá ocuparse de ellas por sí mismo o buscar a alguien que le ayude. Por supuesto que sus planes concretos de cuidado personal dependen del grado de incapacitación determinado por su enfermedad en cualquier fase de la misma. No olvide que ésta es su oportu*nidad* de propiciar un gran cambio. Es un momento idóneo para la reorientación, para revisar su vida y su significado más profundo. Ahora dispone de la ocasión personal para hacerlo.

El uso que haga de ese tiempo es una cuestión absolutamente personal. Quizá no necesite más que dormir durante semanas para propiciar una conexión profunda consigo mismo. El dormir le concede un tiempo que tal vez no podría asignarse de ninguna otra manera. Puede destinar ese tiempo a pedir ayuda. Quizá no se ha dado nunca la oportunidad de hacerlo. Sin duda, destinará una parte del tiempo a renovar su sistema de valores. Los cambios en este sistema de valores se transmitirán holográficamente a los demás aspectos de su vida y seguirán provocando cambios en los años venideros.

Cuando dé inicio a esos cambios, resulta práctico disponer de un mapa de carreteras donde se indique qué puede esperar de sus experiencias personales. Para ayudarle a identificar su camino, comentaré la trayectoria del proceso curativo desde el punto de vista de dos estructuras distintas. La primera es la estructura de las siete fases por las que discurrirá en su proceso curativo. La segunda considera el proceso curativo en relación a los siete niveles de la curación. Cada nivel corresponde a un nivel del campo aural de la experiencia humana.

Capítulo 7
LAS SIETE FASES DE LA CURACIÓN

Observando a las personas durante el proceso curativo, comprobé que este proceso no equivale nunca a una curva uniforme y ascendente hacia la salud. Las más de las veces, mis clientes experimentaban una mejoría interna inmediata. Más tarde, parecían tener una regresión. Llegados a este punto, solían cuestionar la eficacia del tratamiento. Muchas veces pensaban que estaban peor que antes de acudir a mi consulta. Su campo energético indicaba claramente que en realidad estaban mejor. Los desequilibrios en su campo eran mucho menores, y sus órganos funcionaban mejor. No obstante, a pesar de su campo más equilibrado, experimentaban los desequilibrios que sufrían con mayor virulencia. En ocasiones incluso sentían un dolor más intenso. Lo que ocurría era que toleraban peor los desequilibrios que anteriormente percibían como «normales». En resumen, disfrutaban de una mejor salud.

Constaté asimismo que las personas pasan por distintas fases a lo largo de su proceso curativo. Estas fases forman parte del proceso de transformación humana normal. La curación requiere cambios mentales, emocionales y espirituales, así como un cambio fisico. Cada persona debe revalorar su relación con los aspectos implicados en un proceso curativo personal y fijarlos en un nuevo contexto.

Ante todo, la persona debe admitir que existe un problema y permitirse experimentarlo. Tiene que abandonar la negación de su situación. Observé que cada vez que una persona experimentaba un «empeoramiento», abandonaba su negación y tomaba conciencia de otro aspecto del problema. Muchas veces, los pacientes creían que estaban irritados porque estaban empeorando. En realidad, estaban irritados ante la perspectiva de afrontar más cosas.

La mayoría de pacientes buscaban entonces una forma de facilitar la labor; querían una salida fácil. Muchos de ellos decían cosas como: «Ya he trabajado bastante en esto», o bien «Oh, no, otra vez esto no». Por último, si la persona decidía profundizar más, manifestaba su voluntad de pasar al siguiente asalto mediante expresiones: «Muy bien, sigamos adelante».

La curación, como la terapia, es un proceso cíclico que arrastra a una persona en una espiral de aprendizaje. Cada ciclo exige una mayor aceptación de sí mismo y más cambios a medida que se profundiza cada vez más en la naturaleza verdadera y nítida del ser real. La distancia y profundidad a que podemos acceder depende por entero de nuestra libre elección. La forma de emprender el viaje espiral y el mapa de carreteras que usemos es también una elección libre. Y es lícito que así sea, puesto que cada camino es distinto.

Toda enfermedad requiere un cambio dentro del paciente para facilitar la curación, y todo cambio exige la liberación, la rendición o la muerte de una parte del paciente, ya sea un hábito, un trabajo, un estilo de vida, un sistema de creencias o un órgano fisico. Así, usted, como paciente/autosanador, experimentará los cinco estadios de la muerte que la doctora Elisabeth KüblerRoss describe en su libro *On Death and Dying (Sobre la muerte y los moribundos).* Son la *negación,* el *odio,* la *negociación,* la *depresión y* la *aceptación.* Discurrirá también por otras dos fases: el *renacimiento y* la *creación de una nueva vida.* Son una parte natural del proceso curativo. Para el sanador, tiene una importancia suprema la aceptación de cualquier fase en la que se encuentre el paciente sin tratar de sacarle de ella. Sí, es posible que el sanador deba sacar a su paciente de esa fase ante un riesgo fisico implícito. En cualquier caso, tiene que ser una maniobra moderada.

Para describir la experiencia personal de pasar por las siete fases de la curación, he escogido dos casos en los que fue necesaria una intervención quirúrgica además de la curación por imposición de manos. Ambos casos ofrecen una visión más amplia de todos los aspectos de la curación. Por supuesto que cualquier persona que utilice tan sólo la imposición de manos y la curación «natural» deberá pasar también por las mismas etapas.

Bette B., la primera paciente, mide unos 165 centímetros, tiene el pelo ensortijado, de color castaño oscuro veteado de canas, y posee una personalidad muy afectiva. Es enfermera profesional y una aplicada alumna de técnicas curativas. Bette tiene sesenta y siete años, está casada y es madre de dos hijos. Reside en el área metropolitana de Washington, D.C., con su marido, Jack, un ingeniero de sistemas de seguridad jubilado. Bette había sufrido previamente dolores, debilidad y hormigueo en la pierna izquierda, que derivaron en una parálisis desde la cintura hacia abajo en 1954. Como consecuencia de ello, tuvieron que extraerle dos discos lumbares. Al cabo de ocho meses de actividad curativa personal, consistente en hidroterapia, fisioterapia y un montón de oraciones, pudo andar de nuevo, cosa que los cirujanos no se esperaban. Sufrió otra operación en la espalda en 1976, en el transcurso de la cual se le extrajo otro disco además de tejido cicatrizante y astillas óseas. Asistió a una clínica de rehabilitación para restablecerse. En 1986, empezó a notar nuevos síntomas de dolor, debilidad y hormigueo en el brazo derecho, así como dolor en el cuello. En 1987, Bette se sometió a otra intervención quirúrgica, esta vez en el cuello. Yo me entrevisté con Bette unos meses después de esa operación.

Karen A., la segunda paciente, es una morena alta y atractiva de cuarenta y tantos años, casada y con dos hijastros. No tiene hijos propios. Karen es una experta terapeuta. Su marido es también terapeuta. En el momento de escribir estas líneas, viven en Colorado.

La enfermedad de Karen se declaró mientras residían en el distrito de Washington, D.C. Sus problemas físicos empezaron a una edad temprana, hacia la pubertad. Sufrió un dolor crónico en la región inferior de la pelvis durante años. Más tarde se le diagnosticó un fibroma uterino y una endometriosis en el ovario dere-

cho. La zona se le infectó, el dolor se intensificó y Karen optó por someterse a una histerectomía. La experiencia curativa la indujo a una espiral autorreveladora muy profunda de crecimiento interno.

Recorreremos las etapas una por una para descubrir y explorar los ingredientes básicos de cada una de ellas.

La primera fase de la curación: Negación

La necesidad de la negación existe en todo el mundo en determinadas ocasiones. Todos tratamos de estar -o simulamos estar- exentos de las experiencias más difíciles de la vida. Recurrimos a la negación para mantener esta pretensión porque tenemos miedo. Creemos que no podemos soportar algo, o simplemente no queremos hacerlo.

Si usted cae enfermo, probablemente usará la negación, o al menos una negación parcial, no sólo en la primera fase de su dolencia o en la confrontación siguiente, sino también más tarde, de vez en cuando. La negación es una defensa transitoria que le concede tiempo para prepararse para aceptar lo que llegue en una fase posterior. Sobre todo si precisa un tratamiento severo, es probable que sólo pueda hablar de su situación durante un tiempo limitado. Luego sentirá la necesidad de desviar la conversación hacia temas más agradables o incluso fantásticos. Esto es perfectamente natural. Hay algo que usted teme que aún no está preparado para afrontar; con el tiempo, lo estará. Concédase el tiempo que necesite.

Usted podrá hablar cómoda y directamente de su condición con algunos miembros de su familia, amigos y profesionales del cuidado de la salud. Y no será capaz de comentarlo en absoluto con otras personas. Es más, no tiene por qué hacerlo. Esto tiene mucho que ver con la confianza que deposite en cada persona. Es muy importante que la tenga depositada en sí mismo. También tiene mucho que ver con los sentimientos de esas' personas respecto a la enfermedad, a su propio cuerpo, y a la enfermedad que padece usted. Podría reaccionar a lo que observe en ellas. (Resulta siempre necesario que los profesionales del cuidado de la salud examinen ' sus propias reacciones a la enfermedad cuando trabajen con sus pacientes. Sus reacciones se reflejarán siempre en la conducta de los pacientes y pueden contribuir en gran medida al bienestar o al perjuicio de éstos.)

Recuerde que la negación es un modo de conducta absolutamente normal. No se juzgue cuando la detecte en sí mismo. Todos la experimentamos, no sólo en la enfermedad sino también en otros aspectos de la vida. La negación sirve para impedirnos ver lo que no nos creemos preparados para ver o sentir. Es un sistema de defensa que nos evita volvernos locos. Si su sistema entiende que puede soportarlo, no tiene por qué refugiarse en la negación. Tan pronto como esté dispuesto a afrontarlo, saldrá de la negación.

La negación persistente puede resultar muy cara. No obstante, debe tratarse con delicadeza y compasión. Usted necesitará amor tanto de sí mismo como de los demás para superarla. Así pues, es importante que se rodee de gente a la que quiera y en la que confíe. Ábrase a su amor y compártalo con ellos siempre que pueda.

Bette utilizó la negación ignorando los mensajes que procedían de su cuerpo y de su sistema de equilibrado:

Recuerdo que sentía un dolor que se extendía desde el hombro por todo el brazo mientras pensaba: «Oh, te estás haciendo mayor y quizá tienes artritis. Ignóralo; ya se irá». Cuando pintaba, tenía dificultades para usar el brazo izquierdo.

La dificultad en el brazo iba y venía. Creo que esta situación se mantuvo durante unos cuatro años. En el último año y medio antes de acudir al médico para operarme, la mano y el brazo perdían fuerza de un modo ostensible. Por primera vez en mi vida, tenía que pedir a mi marido que me abriera los botes de conserva. Yo lo negaba diciéndome a mí misma: «Sólo tienes un poco de artritis en la mano. Eso es todo. No debes preocuparte».

Ignoré la debilidad en el brazo porque también iba y venía. Sentía verdadero pánico de perder la fuerza cuando llevaba las bolsas de la compra desde el colmado. Pero no me dejaba dominar por el pánico. Cambiaba el peso del brazo izquierdo al derecho y procuraba que las bolsas fueran mucho más ligeras.

Con todo, opino que esa negación era en parte casi necesaria para que la enfermedad alcanzara el punto de hacerse «operable». Al menos, así me lo parece ahora. No creo que mi dolencia fuera operable en aquella época. No creo que hubiera progresado lo bastante. De haberlo sabido antes, habría quedado horrorizada. Era más fácil negarlo que acudir al médico, porque, como enfermera, siempre pensé que debía saber qué me ocurría antes de consultar al médico, en vez de presentarme ante él sumida en la inopia y decirle: «Usted es el médico, ¿qué me pasa?». Entendía que yo debía conocer la respuesta primero.

Como enfermera, siempre me enseñaron que muchas cosas existen sólo en la mente. Creo que mi temor consistía en que, puesto que yo era enfermera y el médico era «Dios», él me diría que todo existía en mi mente y que no me ocurría nada. Fue una idea muy dificil de superar.

Mientras digo esto, empiezo a darme cuenta de lo importante que era entonces para mí resolver el problema por mí misma, en lugar de acudir a los médicos para que me ayudaran. Pienso que el objetivo de toda esta experiencia fue permitirme sentirme impotente y hacerme capaz de trabajar con otras personas.

Pregunté a Bette qué entendía ella por «impotente». Me explicó que significaba la necesidad de aprender a rendirse y a sentirse segura. Esto se hizo más evidente a medida que recorrí las distintas fases con ella.

La negación de Karen adoptó también la forma de ignorar los mensajes de su sistema de equilibrado que se traducían en dolor. Como terapeuta profesional, dedicaba mucho tiempo a «trabajar» con los aspectos psi colÓgicos implicados. Por desgracia, finalmente se hizo patente que esto constituía también una forma de negación. Karen debía enfrentarse a su problema en el plano físico.

Karen explica:

Creo que me encerré en la negación hasta que decidí someterme a la operación quirúrgica. Me sentía más incómoda de lo que me permitía saber, y no dejaba de decirme que con sólo superar el momento siguiente todo iría bien. Yo podía curarlo. La forma que adoptó la negación fue la de obligarme a intentar solventar mi problema en la terapia.

Lo que subyace bajo la negación de cualquiera es el miedo. El miedo a cosas que tendremos que afrontar y superar por causa de nuestra enfermedad.

Karen tenía miedo a no poder curarse. Tenía miedo a la experiencia en un hospital y a estar fisicamente indefensa durante y después de la operación. También temía la posibilidad de morir en el transcurso de la intervención, aun cuando en realidad no había ninguna duda de que la superaría con éxito. Eludió el tratamiento durante largo tiempo debido a ese miedo.

Los temores de Bette eran similares:

Tenía miedo a la operación, a depender de otros porque no sanaba naturalmente y debía recurrir a la cirugía. Otro temor era el de perder la creatividad en las manos y ser incapaz de pintar. La pintura se ha convertido en una experiencia tan relajante, tan maravillosa y creativa para mí, que [perderla] me aterraba más que la posibilidad de no volver a andar.

Muchas veces sentimos temores que no tienen ningún sentido, pero los experimentamos de un modo muy real e intenso. Aunque tachemos esos miedos de irracionales o «derivados de una experiencia en una vida anterior», como hacen muchos sanadores, hay que admitirlos y afrontarlos.

Bette recuerda:

Temía que si me ocurría algo en el cuello, me cortarían la cabeza. Era un pensamiento muy aterrador para mí. Aparentemente no venía de nada concreto, pero me producía auténtico pavor.

Creo que hubo dos ciclos de todas estas fases de negación/odio/negociación/aceptación. Uno fue anterior al diagnóstico, y el segundo tuvo lugar después de que el médico me dijo que acudiera al neurocirujano. De hecho, cuando el médico me dijo por primera vez que me mandaría al neurocirujano, yo exclamé: «¡No, eso no!».

Recuerdo que mi marido me decía: «¿Por qué tienes tanto miedo a la cirugía?». Y recuerdo que le respondía: «No sé por qué». He tenido otras dos operaciones de columna vertebral, pero era como si ése fuera el momento crucial de mi vida. Iba a ser una experiencia aterradora porque en mi fuero interno creía realmente que pondría fin a mi vida.

Lo pospuse una y otra vez. Estaba sencillamente aterrorizada. Aún recuerdo la mañana de mi primera visita. Volvió a acosarme ese miedo a que me cortaran la cabeza.

La mañana en que debía acudir al neurocirujano, recuerdo que me levanté y grité a Jack: «No quiero ir. Olvidemos todo este asunto. Es más de lo que puedo soportar. ¿Por qué tiene que sucederme a mí?». Estaba muerta de miedo, y grité durante veinticinco minutos antes de acudir al neurocirujano.

En su proceso curativo, Bette pudo compartir esos temores con su marido y sus amigos. Fue importante para ella sentirlos en presencia de otra persona, fueran realistas o no. Fue esta experiencia de compartir lo que permitió transformar el miedo. Cuando Bette lo hizo, su miedo se convirtió en odio y ella accedió a la segunda fase de la curación.

La segunda fase de la curación: Odio

Si usted avanza en el proceso curativo, llegará a un momento en el que ya no puede mantener el primer estadio de negación. Entonces tendrá, probablemente, sentimientos de odio, rabia, envidia y resentimiento. Podría decir: «¿Por qué yo? ¿Por qué no le ocurre a Fulano, que es alcohólico y pega a su mujer?». Comoquiera que esta clase de odio se desplaza en todas direcciones, probablemente lo proyectará hacia su entorno casi al azar. Amigos, familiares, sanadores, médicos..., ninguno de ellos le hará ningún bien, y todos ellos empeorarán la situación. Cuando sus familiares sean blanco de su odio, tal vez reaccionen con pesar, llanto, culpabilidad o vergüenza, e incluso pueden evitar cualquier contacto con usted en el futuro. Esto podría acrecentar su malestar y su ira. Llévelos consigo; es sólo una etapa.

Su odio es fácil de entender, puesto que tiene que interrumpir sus actividades cotidianas dejando cabos por atar. O quizá no sea capaz de hacer cosas que pueden hacer otros, o debe invertir su dinero, que tanto le ha costado ganar, en su curación en vez de las vacaciones o el viaje que había planeado.

Cualquier persona que se someta al proceso curativo sentirá un cierto odio. Será distinto para cada persona. Para algunos, será un gran estallido, como en el caso de Bette, sobre todo si no se han permitido estar coléricos hasta entonces. Cuando Bette accedió a la segunda fase, su odio estalló y ella alcanzó la cúspide en un abrir y cerrar de ojos:

Recuerdo que estaba muy irritada. Estaba muy enfadada con Dios porque pensaba: «Dios me ha enviado la parálisis de mis piernas y todo lo demás, cuando mis piernas ni siquiera habían recuperado la normalidad». Y pensé: «No puedes quitarme los brazos y las piernas, porque mis brazos están conectados con mi espiritualidad y mi creatividad».

El odio, por otra parte, fue tan sólo una de tantas emociones para Karen:

El odio fue sólo uno más de los muchos sentimientos que experimenté. En determinados momentos pude sentir odio por lo mal que lo estaba pasando, pero no me parece una fase importante en el proceso de mi curación. Creo que en según qué ocasiones tenía sentimientos diversos, como el odio, por el hecho de no ser curada por las personas que teóricamente debían curarme o hacia algunos de los distintos médicos a los que acudía. Después de permanecer irritada durante un rato, pasaba al intento de establecer un pacto con Dios.

Así, Karen iba y venía entre la segunda fase (odio) y la tercera (negociación).

Prepárese para descubrir que usted está mucho más interesado en negociar de lo que había sospechado hasta ahora. Todo el mundo lo hace.

La tercera fase: Negociación

Puesto que el odio no le ha proporcionado lo que quería, probablemente, y de un modo bastante inconsciente, intentará negociar y prometerá ser bueno y hacer algo bonito para conseguir lo que quiere. La mayoría de negociaciones se efectúan con Dios, y generalmente se mantienen en secreto o se mencionan entre líneas, como puede ser la consagración de la propia vida a Dios o a una causa especial. Debajo suele haber asociado un sentimiento de culpabilidad. Usted podría sentirse culpable de no asistir a las reuniones de su confesión religiosa más a menudo. O podría desear el haber ingerido la comida «adecuada», realizado los ejercicios «adecuados» o vivido de la forma «adecuada». Llegados a este punto, es muy importante localizar y librarse de esa culpabilidad porque sólo conduce a una negociación más intensa y, más tarde, a la depresión. Encuentre todos sus «deberías» e imagine que se disuelven en una luz blanca. O entréguelos a su ángel de la guarda o a Dios. Cuando haya completado su viaje por las siete etapas, probablemente descubrirá un cambio que desea hacer en su vida pero que no surgirá del miedo, a diferencia del cambio que usted ofrece en la fase de negociación.

Bette intentó negociar una salida de su enfermedad tratando de encontrar a otra persona, cualquiera a excepción del cirujano, que la solventara:

Traté de convencer a mi marido para que me ayudara. Era como pretender que él me tranquilizara y dijera: «Todo se arreglará». No creo que me diera cuenta de que estaba negociando, pero sé que me decía a mí misma: «Si meditas más, si te bañas más a menudo, si te das más masajes y si sigues utilizando la luz blanca, todo esto desaparecerá y ya no tendrás que operarte». Quería convertirme en una persona más devota de la meditación y esperar que, de algún modo, esto me sacara del apuro.

También iba y venía entre la aceptación de que debía operarme y la esperanza de que alguien me envolvería mágicamente la columna vertebral en la luz dorada y todo se resolvería. Necesitaba sesiones curativas, pero fui incapaz de concertar una. Recuerdo a Ann [una estudiante de curación, compañera de Bette, que le ofreció sesiones curativas] diciendo que vendría, y yo usé mil excusas distintas por las que Ann no debía venir a casa. No confiaba en ella, no confiaba en nadie, sencillamente porque tampoco confiaba en mí misma.

En su negociación, Karen acudió directamente a Dios:

Mi negociación adoptó la forma de la niña que había en mí y que decía: «Mira, Dios. Haz que mejore y yo haré lo que quieras si me sacas de ésta. O, si vivo y salgo de ésta [lo cual no planteaba excesivas dudas], me comprometeré de veras a consagrar mi vida a la curación de este planeta, tal y como se me exija». Cuanto más negociaba, más deprimida me sentía luego.

La cuarta fase de la curación: Depresión

La depresión se refiere al estado emocional que experimentamos cuando nuestra energía es muy baja y hemos perdido la esperanza de conseguir lo que queremos tal y como lo queremos. Tratamos de fingir que no nos importa, pero en realidad sí nos importa. Estamos tristes, pero no queremos expresar la tristeza.

Accedemos a un estado de melancolía, y generalmente no queremos interactuar con los demás. La depresión equivale a reprimir los sentimientos.

Desde el punto de vista del campo energético humano, la depresión equivale a reprimir el flujo de energía a través de su campo vital. Una parte de ese flujo energético tiene correlación con los sentimientos. Por lo tanto, cuando pensamos en la depresión, normalmente pensamos en sentimientos represivos.

Existen tres causas que justifican la depresión. Una es el rechazo a negociar, que se ha mencionado anteriormente. Consiste en tratar de curarse a sí mismo evitándose y rechazándose por cómo son las cosas, en lugar de buscar de veras una solución.

La segunda causa son los sentimientos represivos de pérdida. Toda enfermedad exige la renuncia a un estilo de vida, a una parte del cuerpo fisico o a un mal hábito. Si usted bloquea sus sentimientos de pérdida, estará deprimido. Si se permite sentir la pérdida y la lamenta, la depresión se irá. Accederá a la aflicción, un estado completamente distinto. La aflicción es una corriente, un sentimiento de pérdida, en vez de una represión de sentimientos. Sea lo que fuere lo que ha perdido, debe lamentarlo. Puede experimentar la aflicción en distintos momentos durante su proceso curativo. Conserve los sentimientos de pérdida cada vez que surjan. Esto le llevará al estado de aceptación.

Una tercera causa de la depresión son los tratamientos invasores severos como la quimioterapia, la anestesia y la cirugía que desequilibran los procesos químicos de su cuerpo y le sumen en la depresión. Cuando el cuerpo restablece su equilibrio fisico, la depresión desaparece. Desde la perspectiva del campo energético humano, los tratamientos y medicamentos severos detienen, frenan u obstruyen el flujo de energía normal a través del campo energético. De este modo, usted está deprimido. Cuando los medicamentos se disipan, el flujo energético se restablece y la depresión se va. La curación con imposición de manos despeja el campo en la mitad del tiempo normal, y los pacientes salen de la depresión postoperativa más pronto.

La depresión de Bette adoptó la forma de autorrechazo. Se refugió en sí misma y lloró mucho:

Sentía que era una mala persona. Si hubiera trabajado con más ahínco en la curación, si hubiera hecho mis deberes, si hubiera sido una persona-Dios mejor, habría podido curarme a mí misma. Era casi como si tuviera que rendirme por completo y curar mi impotencia para dejar que alguien hiciera el trabajo. ¿Qué me ocurría? Nunca podría ser una sanadora. Esto me resultaba muy aterrador, porque en mi interior creía realmente que tenía vocación de sanadora, y todavía lo creo. Pero en aquella época me asustaba mucho la perspectiva de someterme a todo ese proceso curativo. Sentía que ni siquiera era ya una buena esposa.

Es una experiencia horrible cuando surgen todas esas ideas negativas, acudes al Dios que conociste hace muchísimo tiempo y sientes que estás siendo castigada porque no eres lo bastante buena.

Tuve que librarme de muchas cosas. Era incapaz de realizar todas las tareas que me proponía hacer en casa. No podía concentrarme en las actividades domésticas del curso de curación. Habíamos planeado marcharnos, pero yo no podía hacerlo porque sentía demasiado dolor. Tenía que esforzarme en todo cuanto hacía. Tenía que obligarme a levantarme de la cama por la mañana. Estaba incómoda en la cama, pero aún estaba más incómoda cuando me levantaba. No sabía qué hacer. No confiaba en mí misma. No confiaba en nadie. Tuve que someterme durante algún tiempo a fisioterapia para ver si podía ayudarme, pero de hecho la fisioterapia sólo empeoró las cosas. De modo que tuve que lamentar el hecho de que no podía servirme antes de que llegara el momento adecuado de recurrir a la cirugía. Una parte de mí esperaba que me ayudara, y la otra parte sabía que no me ayudaría.

Hay una cosa más, Barbara. Tuve que lamentar la pérdida de mi capacidad de pintar durante esa época. Esto fue muy duro, porque la pintura siempre había sido una forma de curación para mí. Había sido una manera de pasar experiencias sin dejar de sentirme creativa y espiritual. No podía hacerlo porque no podía ver, y ésa fue una gran pérdida, otra pérdida más. Me sentí muy deprimida tras la operación, era incapaz de efectuar cualquier sesión autocurativa, y sólo me obligaba a escuchar algunas cintas.

La depresión de Karen estuvo llena también de autocríticas y autorrechazo:

Me encerré en mi propio autorrechazo. Sentía que era incapaz de curarme a mí misma. No sabía si debía capitular acudiendo a un médico. Esta idea me obsesionó por completo.

Por fin, una mañana al despertar sentí un dolor muy intenso en la parte derecha del abdomen, y pensé: «Ya no puedo soportarlo más». No sabía si era un problema psicológico o fisico, ni a qué médico debía acudir. Fui incapaz de ir a mi ginecólogo, y cuando ya tenía los nervios de punta la llamé a usted. Y cuando Heyoan me habló a través de usted, me recordó mi autocrítica. Eso fue el momento crucial que necesitaba. Entonces me replanteé muchas cosas sobre la operación. Empecé a considerarla como una liberación de mis autocríticas y la satisfacción de mis necesidades. Lo convertí en mi objetivo. Después de hablar con usted, me quité un peso de encima y llamé a un médico y concerté una visita de inmediato. Acababa de decidir que me operaría, y desde aquel instante todo empezó a avanzar.

Tan pronto como Karen se libró de su autorrechazo y tomó la decisión de operarse, su depresión se disipó y ella accedió a la fase de aceptación.

La quinta fase de la curación: Aceptación

Cuando usted ha tenido suficiente tiempo, energía y concentración para procesar las cuatro fases precedentes, accede a un estado en el que ya no se siente deprimido ni irritado respecto a su condición. Habrá podido expresar sus sentimientos previos, su envidia por los sanos, y su odio hacia quienes no tienen que afrontar la enfermedad. Tal vez querrá que le dejen en paz o comunicarse en formas de ser silenciosas y no verbales porque usted se está preparando para el cambio. Éste es el momento de llegar a conocerse mejor, de introducirse en su interior y reencontrarse. Usted se cuestiona los valores con los que ha vivido que hayan contribuido a crear su enfermedad. Empieza a sentir sus necesidades reales y pretende alimentarse de formas que no había probado hasta ahora. Tiende a hacer nuevos amigos y puede que se aleje de algunos de los antiguos, que quizá no formarán parte de la siguiente etapa de su vida. Efectúa los cambios necesarios en su vida para facilitar su proceso curativo. El proceso se acelera. Usted experimenta un gran alivio, aunque todavía quede mucho por hacer hasta completar su curación.

Una vez que Karen alcanzó la aceptación, las cosas cambiaron por completo. Entonces lo incluyó todo en el contexto de satisfacer sus necesidades. De la aceptación de Karen surgió un modo de ejercer un mayor control sobre su vida concentrándose en sus necesidades. Aprendió a preguntar qué era lo que necesitaba:

El decir la verdad, la verdad de mis necesidades, fue lo que me liberó. Sólo mis necesidades, sin valoración alguna. Desde el preciso momento en que las pronuncié más a menudo, empezaron a recibir respuesta. ¡Allí estaba!

En el caso de Bette, ocurrió lo contrario. En vez de más control, su aceptación implicaba una completa rendición a algo que la había aterrorizado anteriormente. A medida que el proceso curativo seguía su curso, la impotencia, que había sido un símbolo de debilidad en el antiguo contexto de Bette, se erigió en un símbolo. de fortaleza en su nuevo contexto. Se requiere mucha fe y fortaleza para rendirse. Lo que ella creía que se sumía en la impotencia y la necesidad, era de hecho una rendición al amor y a la fuerza superior que poseía en su interior y a su alrededor. Para ella, la aceptación tuvo lugar por etapas. La primera se produjo después de su operación.

Bette recuerda:

Sentía profundamente en mi interior que era importante someterme a esa operación, que necesitaba vivir la experiencia número uno de aprender a trabajar con otros profesionales de la salud, a trabajar con otras personas, de hecho. Necesitaba no ser tan independiente. Necesitaba cambiar el valor de hacerlo todo por mí misma.

La aceptación no llegaba de forma permanente. Lo: hacía en pequeñas dosis. Venía diciendo: «Sí, Bette, debes operarte. Es necesario que pases por ello, y tienes que hacerlo». La otra parte consistía en el hecho de acudir al hospital. Entraba y salía de casi todas las fases. Volví a acceder a algún rechazo. Estaba irritada. No me gustaba nadie del hospital, except una enfermera. Todo el mundo parecía estar demasiado ocupado. Sin embargo, doy gracias a Dios por los amigos que me prestaron su apoyo.

Una buena parte de la rendición de Bette consistió en pedir y permitirse recibir mucho apoyo de sus amigos.

La sexta fase de la curación: Renacimiento, un período de emergencia de luz nueva

La aceptación y la curación conducen al renacimiento, un período de reencuentro consigo mismo de una forma nueva. Usted quedará encantado con la persona que encontrará allí. En esta fase, necesitará mucho tiempo de tranquilidad y soledad para llegar a conocerse. Cerciórese de concederse ese tiempo. Acuda a un retiro silencioso, o vaya unos días de pesca. Quizá necesite unas semanas, o incluso unos meses, de tiempo personal.

En el proceso de su recuperación, descubrirá que ha revelado partes de sí mismo que han estado ocultas mucho tiempo. Quizá partes nuevas que usted no ha visto emerger. Habrá mucha luz *emergente* de su interior. Contémplela; vea su belleza; huela su fragancia; guste y deléitese de su nuevo yo. Encontrará nuevos recursos internos que tal vez no ha podido exteriorizar antes. Quizá haya sentido siempre que estaban allí, pero ahora empiezan a salir a la superficie. Puede ser un verdadero renacimiento para usted.

Usted experimenta todo lo que hay en su vida, tanto el presente como el pasado, en un nuevo contexto. Es el momento de volver a escribir su historia. Es ahora cuando usted comprende que puede cambiar realmente su relación con acontecimientos pasados para curarlos. Ocurre automáticamente, porque usted ha cambiado su actitud ante la vida. Ha cambiado el contexto dentro del cual experimenta su propia vida. Eso es lo que se entiende por curación verdadera.

Para Bette, el renacimiento empezó con humildad:

Cuando fui lo bastante humilde como para pedir ayuda, fue como volverme cada vez menos desafiante y aceptar la necesidad de trabajar con mi marido y mis amigos y depender de ellos. Y aceptar el hecho de que

no podía hacerlo todo sola. Me sentía bien al recibir amor y atención. Era una sensación cálida, agradable y muy tranquilizadora.

Atribuyo mi curación a la pericia quirúrgica del médico, a mi capacidad de sanarme y a mis amigos de la comunidad espiritual, que también me ayudaron.

Ya no tengo tanto miedo a sentirme impotente. Antes, era como un barco sin timonel. De modo que tenía que ser fuerte. Sentía la necesidad de permanecer aislada. No confiaba en mi ser ni en mi fuerza superior para conseguir lo que necesitaba. Tenía que hacerlo por medio de mi voluntad. Ahora es grato saber que puedo confiar en otras personas y que no tengo que permanecer aislada. Me siento más segura confiando en mi misma y en los demás.

Resultó que lo que yo entendía por ser impotente era en realidad la necesidad de rendirme a las fuerzas superiores, tanto de mi interior como del exterior. Sé que existe una fuerza universal que me proveerá todo aquello que precise. Yo formo parte de ella, y ella es parte de mí.

Karen metió también viejas experiencias en un nuevo contexto durante su fase de renacimiento. En la etapa precedente de negociación, se había mostrado dispuesta a «consagrar su vida» a lo que se le «exigiera» para curar el planeta. Pero cuando llegó el renacimiento, descubrió que «exigirle consagrar su vida» era pedirle que abandonara el miedo que había en su interior. Equivalía a decir: «Dios, sálvame la vida, y yo la ofreceré para salvar el planeta».

En el renacimiento, encontró un firme compromiso para curarse primero a sí misma y luego el planeta. Así es como funciona. La curación empieza en uno mismo y luego se extiende holográficamente por el resto de la vida en el planeta. Al curarse uno mismo, se cura el planeta. Tales compromisos emanaron de su amor. Karen sentía que la experiencia completa de la curación la ayudaba a concentrarse en lo que quería y debía hacer luego en su vida:

El resultado de la operación fue que me comprometí más firmemente en ese sentido. Abandoné ese compromiso queriendo dedicar mi vida a un servicio, pero ya no me parecía la forma negativa de la negociación. Lo que más me excita es ayudar a los sanadores a encontrar su forma única de curación. Creo que una fase muy importante consiste en ver quién soy y asumir un mayor nivel de responsabilidad sobre mí misma.

La séptima fase de la curación: Creación de una nueva vida

Todas las áreas de su vida se verán afectadas en cuanto usted avance hacia la curación. Muchas áreas de cambios y oportunidades que ha anhelado, y que estaban bloqueadas o parecían inalcanzables, se abrirán a usted. Vivirá más honestamente consigo mismo y encontrará nuevas áreas de autoaceptación que fue incapaz de mantener en usted anteriormente. Descubrirá en su interior más humildad, fe, verdad y amor propio. Esos cambios internos conllevarán automáticamente cambios externos. Éstos saldrán de su fuerza creativa y se extenderán holográficamente por su vida. Atraerá a nuevos amigos. Cambiará de profesión, o cambiará la actitud con que afrontaba su trabajo. Incluso podría desplazarse a un nuevo domicilio. Todos estos cambios son muy comunes después de completarse una curación. La vida de Bette ha cambiado espectacularmente. En el momento de escribir estas líneas, ya han pasado dos años desde su operación. En el primer año, dedicó la mayor parte del tiempo curándose y reorientándose hacia su nueva actitud respecto a la vida. Buena parte de su miedo se ha extinguido. Durante el proceso curativo, Bette había relacionado el miedo irracional a que le cortaran la cabeza con una vida anterior en Francia, donde había sido guillotinada. Claro que esto no puede demostrarse, pero el hecho de abrirse a esa posibilidad y aceptar los sentimientos resultantes disolvió su miedo en buena medida. Durante el año de adaptación interna, la vida personal de Bette empezó a llenarse. Su relación con su marido se estrechó. Su vida sexual se tornó más activa. A una edad tan madura como los sesenta y siete años, afirma que su vida sexual es más satisfactoria que nunca. Su marido está encantado.

Unos dos años después de la operación, en 1990, Bette inició su actividad curativa. Al principio tenía pocos clientes, pero el número ascendió lentamente. Tras su intervención, cité a Bette para la reanudación de la entrevista anterior. Le pregunté sobre los cambios en su vida que se habían producido a raíz de la operación, y cómo le iba en su práctica curativa.

Ella me dijo:

Tuve que superar ese miedo atroz a morir. Todo tenía relación a esa vida anterior en la que me cortaron la cabeza en la guillotina. Ahora he superado ese terror. He reunido más fuerza, y puedo soportarlo mucho mejor. Cuando estaba preparada para ayudar a los demás, empezaron a pedirme ayuda. Ahora salen de debajo de las piedras. Tan pronto como ayudo a una persona, aparecen uno o dos amigos suyos pidiéndome ayuda.

Mi actividad artística ha pasado a un segundo plano; ya no tengo tiempo para eso. Pero ha cambiado de carácter. Mis cuadros se han vuelto mucho más espirituales. Todo posee una dimensión nueva. Es como si, al aliviarme el cuello, me hubieran quitado otra capa del... -¿cómo lo llama usted?-, del velo que envuelve mi núcleo. Estoy en una dimensión totalmente distinta. Mi vida ha cambiado, todo está empezando a encajar. Creo que lo más fascinante es que estoy empezando a saber por qué estoy aquí: curarme a mí misma y a los

demás, ayudar a otras personas a ponerse bien. Antes creía que había muchos límites, y ahora me parece que los límites han desaparecido. No hay fronteras. Considero que me corresponde ayudar a los demás a darse cuenta de que no tienen limitaciones.

También la vida de Karen ha cambiado, pero de un modo distinto. Ella y su marido decidieron poner fin a su ejercicio terapéutico en el distrito de Washington, D.C. y trasladarse a una zona montañosa de Colorado. Destinaron mucho tiempo a despedirse de sus amigos, con quienes habían compartido quince años, vendieron la casa y se marcharon. Pasaron los meses de invierno en Colorado meditando, leyendo y siendo de un modo que no habían podido disfrutar en su atareada vida en el Este. Al cabo de un año de ensueño personal interno, Karen ha reanudado su actividad como terapeuta en Colorado.

Capítulo 8
LOS SIETE NIVELES DEL PROCESO CURATIVO

Si analizamos las experiencias de Bette y Karen durante su progresión por las siete fases de la curación, encontraremos dos ingredientes principales que fueron claves para el avance de su proceso. Esos dos ingredientes principales son imprescindibles en el viaje curativo personal para obtener el máximo beneficio de su proceso curativo personal.

El primer ingrediente es el replanteamiento del proceso curativo personal en una *lección vital personal.* Muchas veces, nuestra experiencia de una enfermedad es coloreada por las ideas de nuestra infancia según las cuales estar «enfermo» significa que nos ocurre algo «malo». Conviene distinguir entre las viejas ideas negativas sobre la enfermedad con las que crecimos y la experiencia interna que vivimos en el transcurso de una dolencia. Hay mucho que aprender de una enfermedad si la consideramos fundamentalmente como un proceso de aprendizaje. Puesto que la experiencia de estar enfermo nos invita a recurrir a nuestras viejas imágenes del pasado, es importante que nos recordemos constantemente la nueva estructura en la que pretendemos vivir.

Durante el proceso curativo nos «re-cordamos», esto es, recuperamos nuestra conexión original con el ser más profundo. «Re-cordar» *(re-membering,* en inglés) consiste en volver a ensamblar nuestros «miembros» o partes. Viene a ser como juntar los trozos más pequeños de la placa holográfica para obtener una imagen más clara y definida.

Cuando viajemos por cada nivel del proceso curativo, nos sentiremos tentados a regresar a la «antigua» usanza, a los viejos criterios, a la vieja visión estrecha. Buena parte de la tarea curativa consiste en optar por acceder a la nueva estructura, por más que las viejas voces que llevamos dentro nos griten que es peligroso.

El segundo ingrediente es una meticulosa honestidad consigo mismo *con especial consideración a las necesidades personales.* Es importante admitir que usted tiene necesidades, saber que es lícito tenerlas, y ser consciente de ellas. Esto requiere identificar cuáles son esas necesidades reales. Muchos de nosotros no somos conscientes de muchas de nuestras necesidades. Encontrar nuestras necesidades en todos los niveles y satisfacerlas resulta esencial. El descubrimiento de nuestras necesidades reales exige paciencia y autobúsqueda.

La satisfacción de nuestras necesidades en cada nivel de nuestro ser es muy importante en el proceso curativo porque las necesidades insatisfechas están directamente conectadas, en primera instancia, con el modo en que enfermamos. ¿Recuerda que en el capítulo 1 hablamos de que la causa básica de toda enfermedad emana del hecho de olvidar quiénes somos y actuar en función de ese olvido? La insatisfacción de nuestras necesidades reales es una consecuencia directa de no vivir según quiénes somos en realidad. Una parte del proceso curativo consiste en volver sobre algunos de nuestros pasos para dar con necesidades reales que no fueron satisfechas, reconocer esas necesidades por doloroso que resulte, y encontrar una manera de satisfacerlas ahora. Allí donde nuestro proceso creativo emergente se haya interrumpido, habrá necesidades insatisfechas y dolor. El descubrir esos espacios psíquicos internos les aporta energía vital. La curación no pretende más que cumplir la intención positiva y creativa original que surge del núcleo de nuestro ser. Esto disuelve el velo que envuelve el núcleo de nuestro ser, y vivimos en la verdad de quiénes somos. La satisfacción de las necesidades en su debido momento nos conduce holográficamente a la curación de todas las pasadas necesidades insatisfechas. Nos lleva a nuestra necesidad básica: la expresión creativa de nuestro núcleo.

Consideremos este proceso desde un punto de vista muy práctico, a través de los niveles del campo energético humano y de las necesidades que corresponden a cada nivel. Cuando yo trabajaba con mis pacientes, observaba que cada una de sus necesidades estaba relacionada con un nivel específico del campo energético humano. Como se ha visto en el capítulo 2, el campo energético humano está directamente conectado con los niveles humanos fisico, emocional, mental y espiritual, que se expresan a través de él. Cada nivel del campo está asociado a un nivel humano de experiencia vital. (La figura 8-1 muestra un compendio de las necesidades de cada nivel.)

Figura 8-1: SUS NECESIDADES EN CADA NIVEL DEL CAMPO AURAL

Primero	**Comodidad física simple, placer y salud** Necesitamos tener muchas sensaciones físicas maravillosas.
Segundo	**Aceptación y amor a sí mismo.** Necesitamos relacionarnos con nosotros mismos de una forma afectuosa y positiva.
Tercero	**Comprender la situación de una forma clara, directa y racional.** Necesitamos una lucidez racional que funcione en armonía con nuestra mente intuitiva.
Cuarto	**Interacción afectiva con los amigos y familiares.** Necesitamos dar y recibir amor en muchos tipos de relaciones, con nuestro cónyuge, familiares, hijos, amigos y compañeros.
Quinto	**Alineación con la voluntad divina interna, para comprometerse a decir y seguir la verdad.** Necesitamos nuestra propia verdad personal.
Sexto	**Amor divino y éxtasis espiritual.** Necesitamos nuestra propia experiencia personal de la espiritualidad y el amor incondicional.
Séptimo	**Conexión con la mente divina y comprensión del gran modelo universal.** Necesitamos experimentar serenidad y nuestra perfección dentro de nuestras imperfecciones.

Recuerde que el primer nivel del campo está asociado con el funcionamiento del cuerpo físico y de las sensaciones fisicas. Nuestra necesidad en el primer nivel es la de gozar de un cuerpo sano y de todas las maravillosas sensaciones fisicas que lo acompañan. El segundo nivel está asociado con nuestra relación emocional personal con nosotros mismos. Nuestra necesidad en el segundo nivel del campo es amar y aceptarnos tal y como somos. El tercer nivel está asociado con nuestra actividad mental y el sentido de la lucidez. Nuestra necesidad en el tercer nivel consiste en tener una mente que funcione correctamente y sea ágil y lúcida. El cuarto nivel está relacionado con nuestra vida emocional interpersonal, o conexiones «yo-tú». Nuestra necesidad en el cuarto nivel del campo es amar a los demás y ser amados por ellos en múltiples modalidades de relación, como son los amigos, los familiares, los compañeros y los amantes.

El cuarto nivel, asociado con el corazón humano y el amor, se considera el puente entre el mundo fisico, expresado en los tres primeros niveles del funcionamiento humano, y nuestro mundo espiritual, expresado en los tres niveles del funcionamiento espiritual.

El quinto nivel del campo está relacionado con el poder de la palabra en el proceso creativo. Sirve de plantilla para todas las formas del nivel fisico. Es el nivel en que la palabra oral conlleva la creación de la forma en el mundo fisico. Si usted dice la verdad, dará lugar a la verdad y la claridad en su vida. Si no habla con sinceridad, creará distorsión en su vida. Así pues, nuestra necesidad en el quinto nivel es decir y ser nuestra verdad.

El sexto nivel está asociado con los sentimientos espirituales, como la sensación de éxtasis que se puede tener durante una ceremonia religiosa, o escuchando una música inspiradora, o tal vez presenciando una puesta de sol, estando en lo alto de una montaña, meditando o mirando al ser amado a los ojos. Nuestra necesidad en el sexto nivel es la nutrición espiritual que aporta la experiencia espiritual.

El séptimo nivel del campo está vinculado a la mente divina. Cuando usted lleve la conciencia a este nivel, y es nítido, fuerte y sano, conocerá la perfección divina en todo lo que es. Comprenderá todas las piezas del rompecabezas de su vida. Experimentará la serenidad.

Éste es el nivel que contiene sus creencias, algunas de las cuales están de acuerdo con la ley divina, mientras que otras están distorsionadas. Las creencias negativas que usted posee son la fuente de todos sus problemas. A partir de esas creencias o «imágenes» negativas, usted crea la enfermedad en cualquier nivel en que ésta se manifieste en su vida, ya sea en el fisico, emocional, mental o espiritual.

Nuestra necesidad en el séptimo nivel consiste en conocer la serenidad. Ésta emana de la comprensión del modelo perfecto de vida sobre la Tierra. Éste procede a su vez de las creencias positivas que están basadas en la verdad.

Si nos servimos del proceso de Karen para guiarnos, descubriremos que utilizando los dos ingredientes principales necesarios -cumplir con el proceso de satisfacer honestamente nuestras necesidades y mantener el punto de vista de que esta experiencia es otra lección de la vida o incluso una aventura vital-, nuestra experiencia curativa se erige en un proceso de transformación personal y más tarde un proceso

trascendental personal. En el proceso de transformación usamos la introspección para averiguar cómo funcionamos inconscientemente.

A veces resulta difícil ser escrupulosamente honesto con el propio ser. La revisión de nuestros defectos y el descubrimiento de lo que hay debajo, así como la decisión de cambiar, es una ardua tarea. Pero tiene grandes recompensas. Cuando encontramos lo negativo que llevamos dentro, descubrimos también la fuerza creativa positiva original que estaba distorsionada en el aspecto negativo que ahora deseamos cambiar. Así, el proceso de transformación nos ofrece el regalo de nuestro ser original, verdadero, nítido y afectivo.

Tras llevar a cabo una buena parte del proceso de transformación, la energía creativa original que se libera nos impulsa automáticamente a la experiencia trascendental. Entonces podemos utilizar los procesos de transformación y trascendental para la curación. No sólo sanamos nuestro cuerpo y transformamos nuestra vida, sino que también nos trascendemos a la experiencia espiritual personal más elevada. Cuando trascendemos lo mundano, aprendemos a incorporar valores espirituales superiores a los aspectos prácticos de la vida. «Espiritualizamos» la materia. Llevamos nuestro espíritu a los aspectos físicos de la vida.

Veamos cómo funciona el proceso curativo de transformación en una forma personal y práctica con respecto a su campo aural. Curarse en los cuatro primeros niveles de su ser significa cambiar su vida cotidiana en cada una de esas áreas. Esto requiere pasar por un proceso de *transformación personal* para modificar la manera en que cuida de sí mismo, primer nivel del campo aural; cómo se ama a sí mismo, segundo nivel del campo aural; cómo aporta claridad a la situación de su vida para poder entenderla mejor, tercer nivel del campo aural; y cómo se relaciona con los demás, cuarto nivel de su campo aural.

La curación en los tres niveles superiores requiere el proceso personal de *trascendencia.* Usted debe trascenderse o alcanzar esos niveles más elevados y llevarlos a su vida mediante un acto de valentía y fe. En la vida de Bette y Karen, fue la rendición a la verdad y la decisión de vivir por ella lo que las ayudó a abandonar su negación. Cada una de ellas se liberó de la actitud que decía: «Tiene que ser a mi manera; lo haré por mí misma». Ambas trataban de prevenir o evitar una experiencia vital concreta que necesitaban. Ambas debían afrontar algo que llevaban dentro y que, a causa del miedo, habían eludido durante mucho tiempo. El hecho de recurrir a su fuerza interna más elevada las impulsó a abandonar el intento de controlar personalmente la situación y confiar en los ciclos más profundos de cambio vital por los que pasa todo el mundo. Tan pronto como se produjo esa rendición, terminó la separación del ser respecto al «soy» interno, que está asociado a la fuente de la propia vida. Y comenzó la curación.

Cuando usted alcance los tres niveles superiores del campo aural, su proceso de transformación se convertirá automáticamente en un proceso trascendental. Es decir, afrontará niveles de su ser que tienen relación con su naturaleza espiritual en vez de con su naturaleza material de la vida cotidiana. En el proceso trascendental, usted empieza por identificar partes de sí mismo a las que tal vez no prestó demasiada atención en el pasado, o que no pensó que fueran importantes. Encontrará todo un mundo nuevo en esas áreas de su ser. Se verá mucho más importante de lo que creía ser. Empezará a experimentar el holograma universal. Este proceso es automático y se despliega a partir de cada individuo. El desarrollo del proceso es distinto en cada individuo. Disfrute del suyo.

El segundo mapa de carreteras del proceso curativo se centra en su proceso de curación respecto a cada una de sus necesidades, que tienen correlación con un nivel específico de su campo aural. A medida que avancemos por cada nivel de la experiencia humana asociado a cada nivel del aura, determinaremos qué necesidades son comunes a todos nosotros en esos niveles de nuestro ser.

La transformación de su salud y su vida

El elemento clave en el proceso de transformación consiste en establecer una intención positiva muy clara y firme. Éste es el primer paso hacia la asimilación de la responsabilidad sobre su autocuración. Alinéese perfectamente con su buena voluntad, o la voluntad divina que reside en su interior, para encontrar, decir y seguir su verdad. Cerciórese de concederse tiempo para estar solo y meditar para conseguirlo. Realice su meditación en un lugar especial, y admita el comienzo del cambio en su vida. Medite para localizar la voluntad divina dentro de usted mientras ésta habla dentro de su corazón. Formalice un compromiso con su proceso curativo. Al hacerlo, alineará los niveles inferiores del campo que vinculan su vida fisica con los niveles espirituales superiores del campo, para que pueda seguir el cianotipo de su fuerza superior. Active «lo de abajo» tal y como está «lo de arriba». En cuanto haya hecho esto, podrá empezar a trabajar con los niveles inferiores del campo aural.

Al descubrir sus necesidades, es extraordinariamente importante que no renuncia a la medicina sólo porque se ha sometido a una curación de imposición de manos. Busque la mejor manera de utilizarla. Abandone todo juicio sobre un procedimiento curativo concreto. La experiencia de Bette y Karen ilustra la importancia de esto. Ambas necesitaban cirugía. Sus juicios de valor tienen un intenso efecto negativo al interrumpir su curación. Carlos Castaneda cita a Don Juan cuando afirmó haber elegido «un camino con un corazón». De los ejemplos de Bette y Karen se desprende a las claras que *el simple acto de la autocrítica elimina el corazón. Todos los caminos pueden tener un corazón. Usted puede poner el corazón en el camino que ha elegido pero, tan pronto como añada la autocrítica sobre esa elección, suprimirá el corazón.* El reconocimiento de sus necesidades, el amor a sí mismo y la satisfacción de todas ellas elimina la autocrítica y restituye el corazón en el camino elegido. Sí, usted es un ser humano y tiene múltiples niveles de

necesidades. Si las satisface, no es probable que se deje vencer por las expectativas negativas sobre cómo puede ser una experiencia (como el momento de conocer a su suegra o de recibir un tratamiento concreto, una operación quirúrgica, por ejemplo). Y tampoco reaccionará a esa experiencia, a la luz de sus expectativas negativas, de suerte que vuelva a crear otro trauma. Así, usted está curando verdaderamente su sistema de imágenes y creencias negativas, que constituyen la primera causa del problema.

Karen efectuó un sugestivo descubrimiento en cuanto decidió satisfacer sus necesidades:

Empecé a darme cuenta de que tenía necesidades en todos los niveles. Y cuando decidí someterme a la operación, vi muy claro que debía ocuparme de todas ellas. Al decidir actuar con respecto a lo que necesitaba, desde el nivel fisico hacia arriba, mis necesidades se mostraron con gran nitidez. Había cosas específicas que debía hacer para someterme a la operación y sacar el máximo beneficio de ella.

Creo que si la gente supiera que puede satisfacer sus necesidades acudiendo a una operación, no se opondría tanto a la cirugía. Sobre todo la clase de personas espirituales que saben sobre curación. A veces, su carácter les lleva a decir: «¡Qué pena, tener que pasar por una operación!». Pero, desde mi punto de vista, no tiene por qué ser así. Cuantas más personas puedan advertir sus necesidades, más serán los que puedan satisfacerlas todas.

Las necesidades son mucho más creativas y variadas de lo que yo creía. La creatividad reside en resolverlas, pero si consideras que pueden resolverse puedes tener un millón de necesidades, y es divertido solventarlas. No son problemáticas.

Sus necesidades en el primer nivel del campo aural

Las necesidades del primer nivel son simples necesidades físicas. Es importante regular su entorno y elegir el momento y el lugar apropiados para cualquier actividad, de

modo que le recuerden constantemente su proceso de transformación personal interna. Esto enfoca la experiencia personal de la curación como algo más importante que las viejas definiciones externas de la enfermedad.

Si usted necesita someterse a pruebas o a una entrevista con un médico, asegúrese de crear la forma más apropiada de hacerlo. Preséntese de un modo que esté alineado con, sostenga y mantenga su fuente de vida interna. Hágase cargo de la situación con calma. Si no le requieren que ayune antes de las pruebas, coma lo suficiente para no tener un bajo nivel de azúcar en la sangre. Escoja su vestuario para expresar quien usted es. Si es posible, elija el mejor momento del día para ir. Pida a un amigo que le acompañe para darle aliento si se dispone a recibir unos resultados potencialmente serios. Elija los mejores profesionales de la salud, clínicas o laboratorios. Tiene muchas opciones. Haga buen uso de ellas. Es importante.

Una necesidad prioritaria en el primer nivel del campo aural es sentirse a gusto. *Rodéese de cosas que le ayuden a ver la realidad desde esta nueva perspectiva holo-gráfica, incluso cuando no haya otras personas cerca o cuando pueda olvidarse. Si* está en un hospital, lleve libros que le gusten y que le recuerden la realidad superior. Si se siente asustado, abra un libro y lea algo sobre el miedo. *Emmanuel's Book,* de Pat Rodegast, es idóneo para ello. Si le gustan las cintas de música, téngalas a mano para que, si olvida su realidad, disponga de algo que le recuerde quién es usted realmente y qué ocurre en realidad. Le mantendrá concentrado en el punto de vista más profundo. Si sabe qué cintas musicales le inducen en estados de alteración, póngalas. Por fin dispondrá de tiempo para escucharlas con detenimiento. Esas cintas pueden trasladarle a lugares maravillosos. Si el personal clínico le ha suministrado un fármaco que altera la mente, como un tranquilizante o un sedante, saque partido del mismo y sumérjase en una profunda relajación.

Después de que los amigos de Karen le recordaran que tenía una opción que tomar, ella decidió que quería una habitación privada y se la concedieron. Esto era muy importante para ella. Karen llevó cintas de música y cristales a su habitación. Como no estaba sometida a una dieta médica especial, su marido le llevaba la comida. Le gustaba lo siguiente:

Todo el mundo sabe que la comida de un hospital es horrible. Creo que habría enfermado de veras si la hubiese tomado. Ron me traía comida del establecimiento de alimentos naturales. No sé qué habría hecho si hubiese tenido que tomar la comida del hospital. Ésta es otra necesidad fisica importante que se satisfizo porque yo sabía algo al respecto y podía pedirlo.

En cuanto usted abandone el hospital y su tratamiento haya terminado, si todavía se somete a sesiones curativas o a un proceso terapéutico podría revivir las partes más invasoras del tratamiento. Ésta es una buena manera de despejar su campo de cualquier residuo dejado por los fármacos o el trauma fisico. Esos residuos retardan su proceso curativo. Mucha gente pasa por el proceso de revivir el trauma al cabo de muchos años. Cualquier momento es bueno. Lo importante es dejar que ocurra cuando usted esté preparado.

Karen lo hizo en seguida, y casi inesperadamente:

Cuando volví a casa del hospital, pude librarme por fin del Demerol. Fui reduciendo la ingestión de píldoras hasta dejarlas por completo. Al día siguiente me sentía muy mal. Ron me ayudaba a respirar, y accedí a una especie de estado original en el que reviví la operación. Cuando empecé a respirar y llorar, me invadió la

horrible sensación de que no quería ver algo, y entonces me di cuenta de que revivía la operación. Me encontraba fatal fisica y emocionalmente. Mi cuerpo estaba reviviendo aquel episodio. Me sorprendió. Fue algo importante, porque empecé a sanar mucho más rápido, lo cual no habría podido hacer si el dolor de la operación hubiera persistido en mí, en mis células.

Recuerde que si esto le sucede a usted, lo mejor que puede hacer es recurrir a alguien que le ayude. No se asuste; se pondrá bien. Ríndase a esa experiencia. Será muy beneficiosa para usted.

Éstas son algunas buenas preguntas que plantearse:

¿Qué tipo de entorno necesito para responder mejor al proceso curativo?
¿Es el ambiente de mi dormitorio beneficioso para mí? ¿Hay suficiente luz solar y suficientes plantas? ¿Puedo escuchar mi música favorita?
¿Tengo fotografias que me recuerden cosas que desearía recordar?
¿Qué otros objetos me ayudarían a recordar los aspectos positivos de mi vida? (Tal vez determinadas joyas, cristales u otros objetos preferidos.)
¿Tengo recordatorios que ayuden a todos mis sentidos a recordar quién soy?
¿Qué puedo ver y tocar?
¿Qué olores me ayudan a sentirme mejor?
¿Qué alimentos de mi dieta que pudiera tomar me ayudarían a sentir placer durante esta época?

Sus necesidades en el segundo nivel del campo aural

Las necesidades en el segundo nivel son la autoaceptación y el amor propio. Un gran problema en este nivel es la aversión hacia sí mismo, el autorrechazo e incluso, en muchos casos, el odio a sí mismo. Son malos hábitos que usted debe afrontar directamente. ¿Cuáles son sus necesidades respecto a la autoaceptación y el amor propio? Haga una lista de las formas en que se rechaza a sí mismo durante un día cualquiera. Empiece a eliminarlas una por una. Haga un esfuerzo consciente para sustituir el autorrechazo por un sentimiento positivo. Escriba algunas afirmaciones que reflejen sentimientos positivos hacia sí mismo, y póngalas en práctica varias veces al día. Incluso puede situarlas en un lugar donde pueda leerlas, como en la cabecera de su cama, en el frigorífico o en el espejo del baño.

Algunas buenas afirmaciones son:

Me quiero.
Me quiero con todas mis imperfecciones.
Soy un individuo fuerte y creativo, con mucho amor. Quiero a mi esposa, a mi hijo, a mi familia, a los animales.
Acepto la vida que he creado para mí y puedo cambiar las partes de ella que no me gustan.
Puedo seguir queriendo a las personas con las que disiento, y no me traiciono al obligarme a estar de acuerdo con ellas, o a fingir que estoy de acuerdo. Soy un ser bello y radiante de luz.
Estoy lleno de amor. Recuerdo quién soy.

Estos modestos recordatorios de quien usted es contribuyen a construir una actitud muy positiva hacia el propio ser.
Karen se esforzó por despejar sus actitudes negativas, y esto la ayudó mucho:

Creo que la operación me ayudó a amar mi cuerpo. Me obligó a encarnarme en formas a las que no había recurrido antes y eso me ayudó. Tenía que amarme y aceptarme de nuevas maneras. Tenía que significar algo para mí misma. Creo que probablemente uno de los mayores dolores que la gente debe de sufrir al afrontar una operación consiste en que se separan del cuerpo, para que sea éste el que soporte la intervención. Las personas tratan de ausentarse, ignoran la operación y esperan que el cuerpo se recupere, en lugar de permanecer junto a él de todas las formas posibles: amando el cuerpo, aceptándolo y hablándole de lo que va a suceder.

Algunas buenas preguntas que plantearse son:

¿Qué partes de mi cuerpo me disgustan? ¿Por qué? ¿Cómo rechazo esas partes?
Detesto _________ porque es ________
¿Cómo esas partes del cuerpo me recuerdan mi autorrechazo?
Detesto mi ________ porque me recuerda mi __________ ¿Cómo me rechazo a mí mismo?

Sus necesidades en el tercer nivel del campo aural

Sus necesidades en el tercer nivel se relacionan con su mente y con la necesidad de comprender la situación de un modo claro, lineal y racional. Esto exige la recopilación de toda la información sobre el proceso patológico que tenga lugar en su cuerpo y no limitarse a una única visión del mismo.

Lo primero que debe hacer para hacer esto es encontrar y eliminar sus juicios negativos sobre usted y su enfermedad. Éstos obstaculizan el camino hacia las soluciones para su curación.

Tenemos muchas autocríticas negativas. Éstas difieren del autorrechazo en que son conclusiones mentales basadas en la sensación negativa que albergamos sobre nosotros mismos. Los juicios negativos perpetúan un ciclo de retroalimentación negativa que regenera más sentimientos negativos sobre uno mismo, los cuales demuestran entonces que nuestros juicios negativos son correctos. Muchos de nosotros hacemos esto muchas más veces de las que nos damos cuenta. Escuche su interior: quedará sorprendido de la extensión de esas voces paternas que llevamos dentro. Cuando surjan los juicios negativos, usted podrá escoger una o dos maneras de afrontarlos.

La primera consiste en expresarlos en voz alta para sí o a un amigo. Comprobará que aquello que se diga internamente es exagerado tanto en su índole como en su momento: sea cual fuere el problema, usted es siempre peor que cualquiera. Por ejemplo:

Mereces estar enfermo porque eres un __________
La razón por la que estás enfermo es que siempre ___________
Ahora que estás enfermo, todo el mundo sabe que eres un ____________
Cada vez que intentas hacer algo, lo echas todo a perder.
Nunca serás un buen __________ , más vale que lo olvides.
Sabía que no lo conseguiría. Date por vencido y sal de en medio.
Eres un incordio para todo el mundo; más vale que te calles.

Una vez que haya pronunciado estas cosas en voz alta, sobre todo en presencia de un amigo, se dará cuenta de lo ridículas que son. Su amigo conoce también la verdad acerca de usted y puede ayudarle a encontrarla. Resulta sorprendente lo estúpidas que suenan algunas de nuestras autocríticas cuando las pronunciamos en voz alta para poder oírlas.

La segunda manera de afrontarlas es dejar que sus actitudes negativas se vuelvan positivas tan pronto como pueda, sin autocrítica. Por ejemplo, si usted se dice: «Qué estúpido soy», puede sustituirlo por una afirmación positiva como: «Soy inteligente>; o «Comprendo ...». Quizá se escuche decir: «No voy a mejorar». Puede sustituirlo por: «Mejoro día a día» o «Mi cuerpo es capaz de curarse».

Elija el método que más le convenga, según la situación en que se encuentre en el momento en que surjan sus autocríticas negativas.

La eliminación de sus autocríticas le facilitará la labor de encontrar más formas de tratarse, porque será capaz de plantear más preguntas. Las autocríticas le impiden formular preguntas porque usted ha dotado las respuestas de una información equivocada. En cuanto suprima la información errónea, dispondrá de espacio para las respuestas correctas. Esto le llevará al siguiente paso: la búsqueda de la modalidad de tratamiento adecuada.

Averigüe las distintas modalidades de tratamiento entre las que puede elegir. Si no obtiene esa información por su cuenta, pida a alguien que se la consiga. Si va a someterse a una operación o debe recurrir a determinados tratamientos durante el proceso curativo, lea sobre ellos. Descubra lo que hacen y qué efectos secundarios tienen.

Karen averiguó exactamente qué ocurriría en su intervención. Le resultó muy útil:

Sabía lo suficiente como para plantear un montón de preguntas, y mis amigos me ayudaron también a saber qué debía preguntar. El cirujano era una mujer, y aclaró todas mis dudas. Me contó todo cuanto iba a ocurrir. Me dijo que me examinarían, me afeitarían, me darían un medicamento y me llevarían al quirófano. Incluso me describió qué iba a sentir cuando entrara y saliera de la anestesia.

Esto fue muy importante para mí, porque tenía muchas ideas negativas sobre los hospitales, temía ser tratada como un trozo de carne y no sabía qué podía sucederme. Pude haber accedido fácilmente a la imagen de ser castigada por haber rechazado mi feminidad y en consecuencia merecía que me quitaran el útero. Pero, como me esforcé por satisfacer todas mis necesidades, no lo hice. En realidad, la operación fue un símbolo -aunque perdiera el útero- de la reivindicación de esa parte de mí, de la reivindicación de mi feminidad.

Claro que también lamenté mucho la circunstancia de perder el útero. Pero el dolor no fue muy grande, no parecía que pudiera hundirme o hacerme retroceder.

Algunas buenas preguntas que plantearse son: ¿Cuáles son mis ideas negativas de lo que puede ocurrir?

¿Cómo puedo averiguar lo que ocurrirá paso a paso? ¿Qué puede cambiar, en caso de cambiar algo? ¿Qué opciones de tratamientos alternativos tengo, si es que los hay?

¿Qué debo sacrificar y lamentar haberlo perdido? ¿Cuál es el posible significado más profundo de todo esto?

Sus necesidades en el cuarto nivel del campo aural

La necesidad en el cuarto nivel es la de una interacción afectiva con sus amigos y *familiares. El* cuarto nivel del campo aural es conocido muchas veces como el «puente» entre los mundos espiritual y material. Usted necesita el apoyo de sus amigos. Llámeles. Cuénteles sus necesidades. Ponga en marcha algún sistema de apoyo para asegurarse el cuidado que precisa. O pida a un amigo que organice su sistema de apoyo. Si está lejos de casa y puede utilizar el teléfono, llame regularmente a sus amigos íntimos, o dígales que le llamen a usted.

Claro que si está debilitado por su condición, querrá poner un límite a esas llamadas. Quizá deba limitar la duración de las visitas de sus amigos. Escoja a las personas que apoyarán su proceso curativo. No tenga miedo a fijar limitaciones. Es fundamental decir no en su debido momento a las personas que no favorecerán su proceso curativo.

Sus amigos y familiares pueden estar turbados por la situación o tal vez no estén de acuerdo con el modo en que usted la maneja. Usted debe efectuar afirmaciones de que puede quererse a sí mismo y querer a su familia sin traicionarse. Usted no es responsable de la inquietud ajena. Como tampoco es responsable del dolor ajeno. Lo más probable es que el temor que los demás sienten por su situación o enfermedad no tenga un fundamento real. Sus temores suelen ser inconscientes y se manifiestan indirectamente entre las líneas de la conversación. Repare en cómo se siente usted después de recibir una visita o una llamada. Si se siente mejor, mantenga esa comunicación. Si se siente peor, establezca un límite hasta que llegue un momento más apropiado para tratar con esa persona. Diga simplemente no. (Véase el capítulo 12 para recabar información sobre la disolución de contratos negativos con amigos.)

Los amigos pueden aportar cosas. Si usted está en un hospital y tiene dificultades con la comida, sus amigos pueden traerle alimentos sanos. También pueden traerle las cosas fisicas -libros, objetos religiosos, ropaque usted necesite para recordar quién es. Necesita el contacto fisico con sus amigos. Pídales que le toquen si vacilan en hacerlo.

Karen recibió gran ayuda de sus amigos. Recuerda:

Fue una verdadera suerte que todos los conocidos que vinieron a verme fueran sanadores en cierto grado. Por eso sabían de verdad qué darme. El primer día, mis amigos se sentaron y meditaron conmigo. Vino Pam, vino también Sheila, y meditaron. Ron estaba siempre conmigo, en todos los niveles. Pam me

trajo sustancias homeopáticas. Durante el resto de la semana, todos los que vinieron se mostraron muy intuitivos, y no hubo nadie que me mirara como si fuese una persona sumida en una condición lastimosa. Todo el mundo captaba de algún modo dónde estaba yo y convertía ese momento en un momento curativo, durante toda esa semana.

Algunas buenas preguntas que plantearse son:

¿Con quién me siento a gusto?

¿Quién quiero que me ayude? ¿Cómo? ¿Con quién no me siento a gusto? ¿Cómo puedo decirle no?

Utilización de la trascendencia para sanar los tres niveles superiores de su campo aural

Sus necesidades en el quinto nivel del campo aural

La necesidad principal en el quinto niveles alinearse con la voluntad divina que hay en su interior, establecer el compromiso de decir y seguir su verdad. El quinto nivel del campo aura] es la plantilla de la que proceden todas las formas fisicas. Es como el negativo de una fotografía. En este nivel, el poder de la palabra es muy grande. El poder de la palabra transmite la fuerza creativa. El quinto nivel del campo tiene relación con defender lo que usted sabe. Es un nivel de voluntad. Implica alinearse con la voluntad divina que lleva dentro y seguirla. El quinto chakra está relacionado con decir su verdad, con dar y recibir. La necesidad en este nivel consiste en decir su verdad y vivir en función de ella. También tiene que ver con el sonido o la utilización del sonido para crear la forma.

Karen relató así su experiencia del quinto nivel:

Las verdades que estuve diciendo antes de ingresar en el hospital eran todas las necesidades que tenía. Empecé a decirlas más veces que en toda mi vida. Esto me obligó a hincarme de rodillas.

Le diré lo primero que me viene a la mente. Tengo la sensación de que existe una conexión entre el bloqueo en mi segundo chakra que me obstruía el útero y los ovarios y mi voz. El canto es un nivel de mi expresión interior que empieza a manifestarse ahora. Parece como si me saliera directamente de ahí abajo [la parte inferior de la pelvis]. Antes no podía hacer eso. Tuve que pasar por todo el proceso curativo hasta estar preparada para cantar.

Empiece a hablar, y siga expresando en voz alta sus necesidades y su verdad. Ha llegado la hora de acceder a la verdad profunda que reside en su interior. Tal vez no coincida en absoluto con lo que dice la

gente que le rodea. Declare su realidad de un modo afectuoso, y siga viviendo en función de ella aunque sus familiares o viejos amigos no estén de acuerdo.

Habrá momentos, sobre todo si se encuentra en un hospital, en que no tendrá a nadie más que el personal clínico, que posiblemente no sabe nada en absoluto sobre la clase de realidad en la que usted vive. Recurra a sus recordatorios, que sirven para mantener su verdad de una forma muy positiva. No dé opción a los demás a expresar sus opiniones negativas sobre su realidad personal. Si insisten, dígales que ya les escuchará más tarde, cuando ya esté bien, pero no ahora. No deje que le utilicen para descargar su ansiedad o culpabilidad. Usted no es responsable de la incomodidad que ellos sienten. Esto le ayudará también a no incurrir en los temores negativos que usted tiene respecto a su enfermedad.

Cuando incurra en el miedo y la duda, use uno de estos cuatro métodos para combatirlos:

1. Expréselos a las personas apropiadas para transformarlos.
2. Sustitúyalos por una declaración positiva para trascenderlos.
3. Encuentre la tensión en su cuerpo donde está el miedo, e irrigue la zona con la luz rosada del amor incondicional.
4. Rece pidiendo ayuda y ríndase a Dios. La ayuda siempre llega al cabo de unos quince a treinta minutos. El miedo se convertirá en otro sentimiento. Lo que cambia es su estado de conciencia, no necesariamente la situación externa.

Todo lo anterior equivale a decir su verdad. Si siente miedo, su verdad en ese momento es que está asustado. Si tiene dudas, ésa es la verdad de lo que siente en ese momento. Es así de simple. Los sentimientos son sólo sentimientos. Ya se irán. Diciendo su verdad en esos momentos a las personas que son capaces de conectarse con ella, usted satisface otra necesidad en el cuarto nivel. Es sumamente importante expresar sus sentimientos hablando a quienes puedan comprenderlos. No comparta dudas en una situación inadecuada, esto es, con personas que creen en las mismas dudas y contribuyen a alimentar las de usted. Si lo hace, hay muchas posibilidades de que esas personas acrecenten sus dudas diciéndole que, de hecho, sus dudas son ciertas, que los métodos que ellos le ofrecen son mejores y que haría bien siguiendo sus consejos. Busque oídos que puedan oír y ojos que puedan ver, y obtendrá el apoyo que necesita. Decir la propia verdad es de vital importancia.

Algunas buenas preguntas que plantearse son:

¿Qué es lo que debo decir?
¿Qué es lo que debo decir a mis amigos íntimos que pueden estar en desacuerdo conmigo?
¿Qué me he callado durante muchos años?
¿Por qué no he expresado lo que yo creo?

Sus necesidades en el sexto nivel del campo aural

El sexto nivel es el nivel del amor divino o el éxtasis espiritual. Expresando la verdad de sus necesidades cada vez que éstas surgen y satisfaciéndolas, usted accederá automáticamente al sexto nivel. Éste tiene que ver más con la sensación que con la comprensión. Usted sólo pasará por estados de éxtasis en determinadas ocasiones. Vienen y van. Cambian a diario, porque usted cambia constantemente. La música ayuda a alcanzar esos maravillosos estados de ser. Así pues, hágase imágenes de cosas que le recuerden la santidad de la vida que alberga en su interior. No existen palabras que puedan describir la experiencia del éxtasis espiritual. Todo el mundo tiene su propia descripción personal, por lo general bastante alejada de la experiencia en sí. Se han utilizado expresiones como «vivir en la luz», «flotar en brazos de la divinidad», «estar con Dios» o «ser amor». ¿Con qué palabras designaría usted esa experiencia?

Es a partir del sexto nivel de nuestro ser que experimentamos el amor incondicional. Karen compartió sus sensaciones más intensas del sexto nivel:

Lo que significaba para mí era acceder a lo más profundo que podía hallar, mi naturaleza divina, y dejarme llevar a través de ella. He tenido una sensación de mi misión en la vida durante mucho tiempo. Es, simplemente, amar intensamente, aceptar y vivir en función de lo femenino y alinear lo masculino con él. Antes, lo masculino se había mostrado demasiado violento y desequilibrado.

En las dos últimas semanas, nos hemos despedido de más de ochenta personas a las que queremos de veras y hemos tenido que separarnos de ellas, puesto que nos trasladamos a Colorado. Lo hemos hecho con mucho amor. Pese a las reacciones de esas personas, algunas de las cuales han sido muy vehementes, he podido mantenerme fiel a la cordialidad. Siento como si fuera el nivel de sensibilidad más elevado.

Algunas buenas preguntas que plantearse son:

¿Cuál es la naturaleza de mis necesidades espirituales?
¿Me concedo suficiente tiempo para dejar aflorar mis sensaciones espirituales a la superficie?

¿Cuál es la naturaleza de mis sensaciones espirituales?
¿Cómo y cuándo siento amor incondicional?
¿En qué áreas de mi vida necesito amor incondicional?
¿Cuánto tiempo quiero destinar cada día a dejar que el amor incondicional irrigue esa área de mi vida a través de la meditación o visualización?
¿Qué música me impulsa a mi espiritualidad?

Sus necesidades en el séptimo nivel del campo aural

El séptimo nivel es el nivel de la mente divina donde se empieza a comprender elgran modelo universal. La mente divina le traslada a la razón de ser: al objetivo del alma en la vida, al gran modelo que se despliega en su interior y todo a su alrededor. Dentro de este nivel hay una intensa sensación del objetivo del alma, una razón de estar aquí, una razón de la experiencia que usted tiene, un sentimiento de confianza. Hay una curiosidad constante por lo que ocurre en lugar de un pánico. Cuando usted accede a estos niveles de conciencia espiritual, toda la experiencia se impulsa a una realidad superior o trascendente. Usted sabrá que todo es correcto en el mundo de Dios. En la serenidad, no existe la culpa; todo se despliega de la manera más apropiada, como debe ser.

Tenemos que conocer y comprender el modelo divino de todas las cosas: ver el modelo perfecto de todo lo que es, envuelto en una luz dorada, y saber que todo es perfecto en sus imperfecciones. Es a partir de este nivel que experimentamos la serenidad.

Durante el proceso curativo, podemos obtener acceso a la séptima capa y liberarnos. Karen lo explica así:

Tengo muchas cosas accesibles en mi interior, incluso cuando las olvido. Tengo una intensa sensación del significado del objetivo de mi alma y de la razón de estar aquí. Fuera lo que fuese lo que ocurrió, con

tenía un aprendizaje. Para mí, el ingrediente básico y esencial es saber que hay esperanza. La esperanza incita una curiosidad constante sobre lo que ocurre en lugar de un pánico.

Bueno, ahora siento una especie de serenidad en torno a la relación con los pacientes y las personas que dejo. Soy capaz de permanecer en un nivel en que lo veo todo desde una perspectiva mucho más elevada. Por ejemplo, si trabajo con mis clientes y me marcho, puedo ver que hay algo que debernos hacer juntos durante el tiempo en que estemos separados. Sea lo que fuere, ya se trate de mis clientes o de cualquier otra persona, hay una sinfonía maravillosa que se interpreta. Si doy cada paso como si estuviera allí, todo conservará la armonía. No estoy desesperada por las cosas que me habrían asustado o desesperado en el pasado.

Algunas buenas preguntas que plantearse son:

¿Cuáles son los grandes modelos entretejidos en mi vida?
¿Cuál es la naturaleza de la esperanza profunda que me impulsa?
¿Cuál es mi sinfonía vital?

La cuarta parte le ayudará a diseñar un plan curativo muy práctico para que cada uno de los niveles de su campo incluya todas sus necesidades personales.

CUARTA PARTE

LA CREACIÓN DE UN PLAN CURATIVO

«Hasta que uno se compromete existe vacilación, la posibilidad de retirarse, y siempre la ineficacia. Respecto a todos los actos de iniciativa (y creación), existe una verdad elemental, cuya ignorancia extermina innumerables ideas y planes espléndidos: que en el preciso momento en que uno se compromete, también lo hace la Providencia. Ocurren toda suerte de cosas que ayudan a uno que de otro modo no habrían ocurrido. Todo el torrente de sucesos surge de la decisión, acudiendo en auxilio de uno todo tipo de incidentes, encuentros y ayuda material imprevistos, que ningún hombre hubiera soñado que irían a su favor. Yo he asumido un gran respeto por uno de los versos de Goethe: "Sea lo que fuere lo que puedas hacer, o sueñes que puedes hacer, empiézalo. La audacia contiene genio, poder y magia".»

W H. MURRAY, *The Scottish Himalayan Expedition*

Introducción

CÓMO CREAR SU PLAN DE CURACIÓN PERSONAL

A medida que he continuado mi práctica y enseñanza, y he adquirido más experiencia con la gente, he visto que cada persona requiere un plan de curación específico y personal que se base en sus necesidades para mejorar su calidad total de vida, y no en un procedimiento de tratamiento general para curar una enfermedad. Por supuesto que curar el cuerpo o una enfermedad psicológica es de gran importancia, pero esta nueva perspectiva más amplia es fundamental. El plan curativo se concentra en curar a la persona, no la enfermedad. Cuanto más se enfoque el plan curativo en este sentido, más intensa y profunda es la curación. Parece que la salud no tenga límites. En cuanto un individuo pone en marcha un plan intensivo de curación, ésta se convierte en un proceso de crecimiento y aprendizaje que dura toda la vida. Resulta una gran aventura que conduce al individuo a experiencias vitales todavía más intensas y plenas.

Al crear un plan curativo, debemos recordar que las verdades espirituales formulan el contexto y el objetivo de la vida en nuestro cuerpo fisico así como en todos nuestros niveles aurales. Si existe un trastorno en un nivel concreto del campo, no hay duda de que no cumplimos nuestro objetivo espiritual en ese nivel. No obtenemos lo que necesitamos para crear nuestra vida.

En consecuencia, cuando accedemos a la curación de cualquier nivel del campo aural, debemos preguntar si ese nivel cumple su cometido. Empezamos a formular preguntas como éstas: ¿Cumple nuestro cuerpo fisico su cometido para ayudarnos a discernir nuestra individualidad divina mediante la acción? ¿Nos proporciona el segundo nivel la experiencia de nuestros sentimientos individuales y el amor a nosotros mismos? ¿Nos provee el tercer nivel del campo aural la capacidad de enfocar nuestra conciencia para diferenciar e integrar nuestras percepciones, para disponer de lucidez y un sentido de conveniencia como individuos? ¿Establecemos a través del cuarto nivel conexiones «yo-tú» afectivas que satisfagan nuestras necesidades? ¿Experimentamos nuestra conexión con todos los seres?

En la creación de planes curativos para nuestra vida cotidiana, debemos empezar por nuestras necesidades más básicas: aquellas que integran los aspectos físicos y espirituales de nuestro ser.

En esta sección le enseñaré cómo crear un plan curativo para cada uno de los cuatro niveles inferiores de su campo aural, cada uno de los cuales representa un aspecto distinto de su vida humana y sus necesidades humanas. El primer nivel de su plan curativo se centrará en el cuidado personal de su cuerpo físico y su plantilla: el primer nivel del campo aural.

Uno de los cambios más notables que experimentará durante el proceso curativo será su sensibilidad a los campos de energía vital que le rodean y fluyen a través de usted. Exploraremos su entorno para estudiar la energía que le suministra. En el capítulo 9 empezaremos concentrándonos en la inmensidad de ese entorno, y luego descenderemos a la escala, más reducida, de los múltiples campos de energía vital en los que usted está continuamente inmerso.

Capítulo 9

LAS ENERGÍAS TERRESTRES COMO FUNDAMENTO DE LA VIDA

Distintos lugares de la Tierra poseen distintas combinaciones de energía. Todo el campo energético de un determinado lugar es muy complejo. Consta de las energías de las configuraciones geológicas locales, incluidas las energías de las combinaciones de todas las sustancias orgánicas e inorgánicas que determinan la composición de la Tierra, cómo los yacimientos minerales; las energías de todas las especies animales y vegetales que existen ahora y que existieron en el pasado; las energías de las diversas sociedades de seres humanos y sus actividades en ese lugar desde tiempos inmemoriales; y las energías de los seres humanos y sus actividades que existen ahora.

Además, cada lugar de la Tierra está influido por las energías del sistema solar, así como por las energías interestelares e intergalácticas. Esas energías penetran, atraviesan o se acumulan de forma distinta en los diversos lugares de la Tierra. El campo magnético terrestre desempeña un papel parcial en esta configuración, ya que dirige determinadas franjas de energías cósmicas a determinados lugares de la Tierra.

Heyoan dice que en el futuro dispondremos de mapas de esos campos energéticos y que la gente elegirá la situación de sus casas y ciudades en función de ellos, de un modo parecido a como lo hacen los geománticos chinos. Mediante su complicadísimo sistema de adivinación, los geománticos escogen el lugar de construcción y la situación y orientación de las casas en el sitio donde se construirán. También eligen la ubicación de importantes ciudades sagradas, como la de la Ciudad Prohibida. Los geománticos diseñan el exterior y el interior de las casas, así como el mobiliario, para controlar el flujo energético a través del edificio. La mayor parte de su conocimiento emana de creencias tradicionales y del conocimiento del flujo energético, por lo que no tiene demasiado sentido para los occidentales a no ser que se estudie a conciencia. Heyoan añade que en el futuro elegiremos incluso el lugar donde establecer nuevas naciones según los mapas de campos energéticos de la Tierra así como de otros planetas. Sugiere que existen lugares mucho más saludables que otros para que los individuos habiten en ellos. Naturalmente, hay unas directrices generales para ello, que veremos en este capítulo, pero Heyoan nos recuerda asimismo que depende de cada individuo.

Así, por ejemplo, algunas personas se sienten mejor, por naturaleza, cerca del mar o de cualquier otra extensión de agua, mientras que otras están más a gusto en las montañas o en un desierto. Estas propensiones están directamente relacionadas con las combinaciones de energías que constituyen nuestro campo energético humano. Cada uno de nosotros es diferente porque las energías que componen el campo aural de cada persona son distintas, y además cada uno de nosotros está siendo penetrado por la esencia profunda de la estrella del núcleo de un modo diferente. Por lo general, las personas saben dónde pertenecen geográficamente y lo expresan mediante afirmaciones como «Soy una persona de montaña» o «Tengo que vivir cerca de una gran extensión de agua».

Algunos eligen la zona donde vivir por el clima o el tiempo atmosférico.

El tiempo

Nuestra preferencia por determinados tipos de tiempo atmosférico tiene una relación directa con los tipos de energías que constituyen nuestro campo aural. Nuestras preferencias varían en función de qué es compatible con las energías de nuestro campo aural y cómo queremos que fluyan. Algunos prefieren un cambio de estación. Otros prefieren el calor y la claridad constantes del desierto, sin lluvias. Otros prefieren un tiempo húmedo.

Las tormentas eléctricas, el ozono previo a la lluvia y las precipitaciones cargan y ayudan a despejar el campo aural. El incremento de iones negativos en el aire excitan y cargan el campo aural, haciendo que la energía fluya más rápido a través del mismo. A algunos les gusta; otros temen el aumento de flujo a través de su campo.

El sol carga la atmósfera de grana o energía orgón. Para ver esa energía, desenfoque los ojos y mire al cielo. Unos diminutos puntos de luz aparecen y se mueven en trayectorias curvilíneas. Si observa el movimiento de todo el campo de puntos, verá que todos ellos vibran al mismo tiempo. Esos puntos pueden ser brillantes o mates. Cuando hace sol, son brillantes y se mueven bruscamente. Este orgón de energía elevada le hará sentirse muy bien. Carga su campo y le suministra mucha energía. Cuando está nublado, los puntitos de luz no son tan brillantes, ni se mueven tan de prisa. A veces, después de largos períodos de tiempo nublado, parece como si una parte de esos puntos fueran muy oscuros o negros. Cuanto más tiempo haya estado nublado, más oscuro y más lento es el orgón, menos carga su campo y más malhumorado se siente usted.

En regiones montañosas y soleadas, el orgón es muy claro, brillante, y está muy cargado. El orgón más cargado que yo he visto personalmente está en los Alpes suizos, durante el invierno. Allí hay mucha nieve, una luz solar muy intensa y aire fresco. El orgón que existe allí no sólo es el más cargado, sino también el más denso que yo he visto jamás, con más puntos por metro cúbico. No es de extrañar que la gente acuda a esa zona para disfrutar de unas vacaciones rejuvenecedoras.

El problema de la depresión inducida por la privación de luz en las regiones de las latitudes más altas se debe, en parte, a la disminución uniforme de la carga del orgón presente en la atmósfera. Es por eso que muchos habitantes de las regiones septentrionales de Estados Unidos van a esquiar a las montañas soleadas o eligen el sur, cerca del mar, para pasar sus vacaciones invernales y recargarse. A veces se requiere una semana para restituir la carga perdida.

Es importante, por supuesto, que no se sobreexponga al sol. Use siempre una protección solar. Empiece aplicándose una dosis muy alta, y vaya reduciéndola lentamente a medida que se aclimate. Una vez recargado, lo único que necesita realmente es unos veinte minutos de luz solar al día para conservar un buen nivel de carga. El tiempo máximo que una persona puede permanecer al sol sin experimentar los efectos negativos del agotamiento, la insolación, quemaduras y enfermedades de la piel depende de la sensibilidad de cada individuo. Una sobredosis de sol lo bastante intenso como para causar quemaduras en nuestro cuerpo físico quema también el primer nivel del campo aural. Los rayos solares penetran en ese campo energético, haciendo que se rompa y se parta en pequeños fragmentos como un cristal hecho añicos. No es extraño que repetidas sobredosis de radiación solar provoquen cáncer. La protección solar sólo bloquea los rayos perjudiciales. No impide que el sol cargue su campo aural.

El mar también carga la energía del aire. El aire húmedo y salado carga el campo aural y contribuye a despejarlo de las frecuencias vibratorias que son demasiado bajas para sostener la vida. Un paseo por la playa hace que el campo aural se dilate. A veces, el campo duplica su volumen y se extiende por encima del agua.

En las playas del sur durante todo el año, y en las del norte en verano, los bañistas y los amantes de tomar el sol obtienen una triple carga. El sol carga el campo aural directamente, el aire salado lo carga y lo despeja, y un baño de veinte minutos en el agua salada elimina intensamente las viejas mucosidades estancadas que se han acumulado a lo largo de los oscuros meses de invierno. Unos días dedicados a este tipo de actividades resultan excelentes para la salud de su campo aural.

Naturaleza: el mar, bosques, rios, lagos, desiertos, montañas y vida al aire libre

Es imposible que lleguemos a imaginar cómo debía de ser la vida para los nativos americanos antes de que los . europeos alterasen el equilibrio natural en aquellos territorios. Las personas vivían como miembros integrados de la naturaleza, un privilegio del que nos hemos privado. Nos hemos desconectado cada vez más de la Tierra, y esto se manifiesta en todos los puntos del planeta en forma de enfermedades y catástrofes naturales.

Cuando la naturaleza no es alterada, guarda el equilibrio con las energías a gran escala de toda la Tierra. Las energías de la naturaleza cargan el campo aural y lo equilibran con su entorno. En los escenarios naturales inalterados, hallamos nuestra sincronía natural con las energías del planeta. Cuando estamos en equilibrio con . nuestro entorno, que está, a su vez, equilibrado con la Tierra entera, formamos parte natural de todo. Lo que comamos de nuestro entorno será nutritivo para nosotros, porque nuestros campos energéticos están equilibrados y preparados para la asimilación. El hecho de pasar varias horas a la semana en un escenario natural intacto restablece el equilibrio entre su campo aural y , las energías terrestres. Esto es necesario para una salud óptima.

Los lagos tranquilos ejercen un poderoso efecto sedante en nosotros al relajar la tensión o las vibraciones hiperincoherentes de nuestro campo provocadas por el estrés de la vida moderna. Las vibraciones aurales de los ríos de aguas rápidas mejoran el campo aural al hacerlo vibrar más rápido de un modo coherente y saludable. La energía aural que existe en el fondo de una cascada es tremenda. Las ramas partidas de los árboles que están atrapadas en la energía viven mucho más tiempo del que lo harían sin esa energía.

Los árboles de un pinar vibran en una frecuencia muy similar a la del campo aural humano. El hecho de permanecer en uno de esos bosques o simplemente de recostarse sobre el tronco de un pino del parque recargará su campo cuando lo necesite. Hágalo durante todo el tiempo que quiera. Podría incluso establecer contacto con la conciencia del árbol durante el proceso.

Las montañas nos ayudan a sentir la fuerza del reino mineral de la Tierra y a arraigarnos en esa fuerza para poder impulsarnos luego a las máximas alturas de nuestra conciencia. El aire limpio de un desierto brillante nos invita a extender nuestro campo a largas distancias y a sentirnos más grandes y, para algunos, incluso más capaces de como éramos antes.

Pasando un tiempo con los animales salvajes en la naturaleza, absorbemos sus energías, que nos lleva automáticamente a una comprensión visceral (no mental) de nuestra capacidad de sincronizarnos con el mundo natural que nos rodea. La aptitud de sincronizarnos con la energía natural y por tanto planetaria nos da acceso a la sabiduría suprema y nos enseña a confiar en nuestra naturaleza humana básica.

La energía de la naturaleza nos conduce a una mayor comprensión de la vida en todas sus formas. Cada especie contiene una gran sabiduría, distinta a la sabiduría de todas las demás especies. Podemos aprender mucho de los animales, no sólo de su comportamiento sino también de la integridad con la que viven. Los hechiceros usan comúnmente instrumentos curativos que confeccionan con los cuerpos de animales encontrados en el bosque o de las «víctimas de la carretera». Cada uno de esos cuerpos se considera un regalo del «Gran Espíritu». Cada uno de ellos es tratado con honor y respeto. Los objetos se confeccionan en el transcurso de una ceremonia para conservar la sabiduría de las especies de las que proceden. Tales

objetos se utilizan en el proceso curativo para que proporcione un vínculo holográfico directo con la sabiduría de las especies.

Nuestros jardines y huertos nos ayudan a conectarnos con la Tierra de formas que quizá compensan el legado natural que hemos perdido. Aquí establecemos un punto de contacto entre los humanos y la naturaleza, una mezcla de voluntad natural y voluntad humana. Toda clase de plantas prodigiosas llenan nuestros sentidos del esplendor que la naturaleza brinda en nuestro propio jardín, invernadero o en la sala de estar. Las plantas suministran diversos tipos y frecuencias de energías al campo energético que nos rodea, que a su vez nutre nuestro campo. Las plantas de interior, especialmente, mantienen la energía de una casa cargada, limpia y saludable. Cuanto más contacto tengamos con esas plantas, mayor será el intercambio de energía que nutre a las plantas y a nosotros.

Los huertos biológicos nos ayudan a conectarnos con las energías terrestres y proporcionan alimentos que están energéticamente equilibrados con nuestras necesidades. Cuanto más trabajemos con la tierra, más conectados y alimentados por las energías terrestres estaremos. Y, por supuesto, también obtenemos el beneficio añadido de los alimentos biológicos que producimos.

Densidad de población

A finales de los setenta y principios de los ochenta, durante un período de unos seis años, tuve el privilegio de ir a Holanda una vez al año para colaborar en la dirección de grupos de transformación intensiva. En las sesiones privadas que impartí durante ese tiempo observé algo muy curioso. Mis clientes (habitualmente holandeses o naturales de otros países europeos) acercaban su silla a la mía cuando nos sentábamos frente a frente para trabajar. Sin darme cuenta, yo apartaba mi silla un poco. Durante la sesión, el cliente seguía aproximándose a mí, y yo retrocedía otro poco. Generalmente, al final de la sesión, mi silla terminaba arrimada a la pared. Esto me incomodaba mucho. No había experimentado nada parecido en América.

Desconcertada por la situación, empecé a distribuir el mobiliario de la sala antes de la sesión para procurarme más espacio. Pero inevitablemente, al término de cada sesión, terminaba aprisionada contra la pared. En esas circunstancias, me resultaba muy dificil pensar y separarme del cliente. Empecé a sospechar que todo era culpa mía. Quizá yo era menos cordial que aquella gente. Me esforcé para adaptarme a los nuevos límites, pero fui incapaz. Empecé a caminar por la habitación para disponer de más espacio. Pero esto sólo daba resultado durante uno o dos minutos; luego el cliente me seguía para estar más cerca de mí.

Por último me di cuenta de que el problema residía en que mi aura se extendía de treinta a sesenta centímetros más lejos que la de mis clientes. Ellos trataban de establecer un contacto «normal» conmigo, tal y como lo hacían con los demás europeos. Cuando empecé a observar las interacciones de campos, comprendí que aquella gente (especialmente los holandeses, que se habían visto constreñidos contra el mar) había ajustado sus dimensiones aurales para vivir con los demás en espacios más reducidos que aquellos a los que yo estaba acostumbrada.

Varios años más tarde, constaté una gran diferencia entre el aura de los estadounidenses de la Costa Este y la de los del Oeste. En general, la gente de la zona de Nueva York posee un campo que no se extiende tan lejos como la de los habitantes del sur de California. Supongo que una persona que vive en espacios más amplios con menos gente dispone de un campo aural que se extiende más lejos del cuerpo que el de alguien que resida en espacios más reducidos con más gente. Por norma general, el aura de los habitantes de ciudades muy pobladas es más pequeña que la de los habitantes del campo. El aura de quienes viven en países densamente poblados es más pequeña que la de las personas que residen en países con una población más dispersa.

Además de esto, existe una diferencia en los límites que la gente fija respecto a los demás con su campo aura]. Los habitantes de la zona de Nueva York que asisten a mis clases de formación tienden a establecer unos límites sólidos para mantenerse alejados de los demás. Es como si sus auras rebotaran entre ellas a la altura del séptimo nivel, como dos pelotas de goma que rebotan y se repelen. En el sur de California, me fijé que las personas que asistían a mis clases de formación gustaban de dejar que su campo aural se difundiera a través de los de los demás sin interferencias. Parecían dejar que los niveles cuarto a séptimo interpenetraran en el mismo espacio, pero sin tocarse. Así, la gente de California, aunque tengan un campo aural más grande, desean estar más cerca de los demás para comunicarse de lo que sería cómodo para los neoyorquinos. Éstos pueden experimentar la comunicación como algo etéreo o no del todo real. Los californianos, a su vez, podrían percibir a los habitantes de la Costa Este como individuos ásperos y rígidos.

Claro que existen otros factores importantes que explican estas diferencias. El principal es que nos gusta interactuar con la gente entremezclando los niveles de nuestros campos con los que nos sentimos más cómodos. Cada uno de nosotros desarrolla algunos niveles de nuestro campo aural más que otros, según la educación familiar y social que hemos recibido. Las distintas sociedades se concentran en valores específicos. Esos valores enfocan el desarrollo en distintos aspectos de la experiencia humana. Así, por ejemplo, si se considera la verdad como el valor supremo, el tercer nivel del campo recibirá una gran atención. Si el amor se contempla como el valor más elevado, lo más probable es que el cuarto nivel del campo sea el más desarrollado en esa sociedad.

Naturalmente, el desarrollo depende del modo en que cada sociedad expresa sus valores. Si los valores espirituales del amor divino o la voluntad divina se consideran los más elevados, como ocurre en algunas

sociedades religiosas, el campo aural de los miembros de esa sociedad reflejará esos valores desarrollándolos por encima de los demás. Los niveles sexto o quinto del campo serán los más evolucionados. La gente de esa sociedad tenderá entonces a entremezclar sus campos aurales en esos niveles cuando se comuniquen.

Los europeos tienden a ser muy sofisticados, con unos niveles primero y tercero altamente desarrollados, y gustan de comunicarse en el tercer nivel. A los neoyorquinos les gustan los niveles segundo, tercero y cuarto, pero no les agrada entremezclarse y prefieren tener sus niveles conectados de formas que creen tensión. La tensión sirve para permitir a la gente distinguir las diferencias. A los californianos les gustan los niveles segundo y cuarto y entremezclar energías difusas sin demasiada conexión o comunicación. Quizá esos californianos persigan una igualdad sin tensión. Todas estas conclusiones están basadas en personas que han asistido a mis clases de formación. Tal vez representan sólo una determinada proporción de los pueblos mencionados.

Ciudades

Las grandes ciudades son sitios donde hay mucha energía y múltiples tipos de energía. Heyoan sostiene que las grandes ciudades y civilizaciones se forman en lugares de la Tierra donde se acumulan enormes cantidades de energías vitales del espacio exterior. Esas energías son una fuente de conocimiento. Añade que somos atraídos inconscientemente hacia esas zonas. En ellas, cada uno de nosotros recibe inspiración para crear, lo que da origen a una civilización que materializa el conocimiento de las energías acumuladas en el lugar. Las cunas de las matemáticas y el lenguaje estuvieron ubicadas en el pasado en esos torbellinos energéticos. La gente que se sintió atraída hacia allí se erigió en canales a través de los cuales esas formas de conocimiento se difundieron por el mundo.

Heyoan sigue diciendo:

* * *

Así, como podéis imaginar, los vastos centros de aprendizaje que existen ahora en la Tierra son focos de torbellinos energéticos de conocimiento. Una de las razones por las que los centros de civilización se desplazan por la superficie terrestre es que cada uno de ellos difunde un conocimiento concreto [contenido en los campos energéticos] que es preeminente en un determinado período de la historia. Este es uno de los factores menos conocidos y más importantes que explican el progreso de la civilización. El mundo tiende a concentrarse en la civilización preeminente y no interfiere, por tanto, en el lugar que será el origen de la próxima civilización ascendente.

*** * ***

Comoquiera que las ciudades aportan creatividad, ingenio y conocimiento, producen mucho material de desecho en los niveles fisicos y aurales. En las ciudades aprendemos a vivir con los demás en un marco de elevada energía. Ésta tiende a liberar los bloqueos de energía negativa que debe eliminarse. Por desgracia, una de las principales consecuencias de este proceso es que las grandes ciudades no sólo acumulan ingentes cantidades de energía del conocimiento elevado, sino que también acumulan grandes cantidades de energías negativas o DOR.

DOR, una voz acuñada por Wilhelm Reich, son las iniciales de energía orgón muerta. La energía DOR vibra muy por debajo de la frecuencia necesaria para la vida y puede ser perjudicial para la salud y el bienestar. Cuando se acumula en proporciones muy densas, la DOR puede ser peligrosa, incluso con riesgo de la vida. Causa la erupción de la enfermedad en las partes más vulnerables del cuerpo y del campo energético. En muchas grandes ciudades, esas energías DOR irrumpen en todo y penetran profundamente en la tierra. Afectan a cualquiera que resida en ese lugar, y muchos deben marcharse con regularidad para mantener la salud. Yo practiqué y enseñé técnicas curativas en la ciudad de Nueva York durante unos quince años. Con el fin de arraigarme en energías terrestres favorables y utilizarlas para curar, tenía que atravesar unos cuarenta metros de energía negativa acumulada que parecía un lodo grisáceo oscuro. Ese lodo existe en todo el suelo y la capa de roca sobre los que se asienta Nueva York. Hay, claro está, sitios en los que no es tan oscuro ni espeso. Pero, por lo general, subyace a todas las actividades que se realizan en esa metrópoli. Debajo del lodo oscuro hay energías terrestres, normales y limpias, que todavía no han sido afectadas por las energías contaminadas. El volumen y la profundidad de la DOR parece aumentar cada año. ¡Los cazafantasmas II no andaban lejos!

Observé también que la contaminación ambiental en el aire de la ciudad de Nueva York aumentaba muchísimo cada año. A cada año sucesivo, podía ver el incremento de efectos negativos en los pacientes que residían allí. Cada año comprobaba que el sistema inmunitario de la gente se resentía más por la enorme polución ambiental. El efecto principal que constaté estaba en el cerebro. Según mis observaciones aurales, las diversas células cerebrales que tenemos producen cantidades muy pequeñas de varias sustancias que son necesarias para la salud del cerebro y el funcionamiento del cuerpo. Esas sustancias parecen actuar como resortes que controlan el funcionamiento de los sistemas orgánicos del cuerpo. Lo que vi durante mis años de práctica en la ciudad de Nueva York fue un desequilibrio uniformemente creciente en la secreción de esas sustancias. Parecía que un cambio muy pequeño en la cantidad y la regulación de la

producción de esas sustancias generaba trastornos muy notables en el funcionamiento normal de los procesos corporales. Aunque yo podía reequilibrar las energías vitales alteradas en el cerebro, el paciente regresaba entonces a un campo de energía vital contaminado por el ambiente que volvía a perturbar el buen funcionamiento del cerebro. Todo el mundo parecía completamente ajeno a lo que ocurría.

Entonces empecé a constatar el estado general de las personas mayores que vivían en la ciudad de Nueva York. Los años de exposición a la contaminación ambiental les han pasado factura. Poseían mucha menos energía y su campo estaba mucho más desequilibrado que el de las personas mayores que residían en las zonas rurales. Me di cuenta de que cuanto más se exponían esas personas a la DOR, menos sensibles se volvían. Es como echar una rana al agua y calentar ésta gradualmente. La rana no se percata de que el agua está cada vez más caliente y termina por morir. En cambio, si se la echara directamente al agua caliente saldría saltando.

La elección de un sitio donde vivir

Todos tenemos una idea del lugar donde nos gustaría vivir «si pudiéramos». Muchas personas desean poder vivir donde crecieron porque recuerdan con orgullo los parajes de su juventud. Anhelan experimentar las sensaciones, imágenes, sonidos, texturas y fragancias de la flora y la fauna de las regiones de la Tierra donde crecieron porque fueron más sensibles a su entorno natural durante la infancia. Esas experiencias recordadas suelen reproducir la conexión cuerpo-mente que tuvimos en la infancia y que perdimos en el proceso de maduración. Esta conexión restablece un estado de relajación del campo aural sano y equilibrado que favorece la curación.

Por otro lado, otras personas, quizá con una infancia más turbada y dificil, prefieren resituarse en un clima y un territorio totalmente distintos. Comprueban que los nuevos horizontes conducen mejor a la curación que los viejos.

Nuestra preferencia del lugar donde vivir está directamente relacionada con nuestra configuración del campo de energía vital que consideramos «normal». Nos sentimos cómodos con una gama concreta de tipos de energía distintos de nuestro entorno: el mar, los bosques o las montañas. Y elegimos el lugar de residencia en función de ello. También estamos acostumbrados a una gama de energía y fuerza que discurre a través de cada uno de nosotros. Lo que es normal para una persona puede ser una energía muy baja o muy alta para otra. Estamos habituados a un grado específico de «apertura», con una manera concreta de ocupar nuestro territorio.

También elegimos un lugar de residencia que nos ayude a sentirnos normales. Como recordará, «normal» es en realidad un desequilibrio habitual concreto que albergamos en nuestro campo. Tendemos a preferir los entornos que sostienen el statu quo. Generalmente no nos gusta que haya excesivos cambios en nuestra vida. No nos gusta nadie ni nada que amenace nuestros niveles normales de energía. La mayor parte del tiempo, escogemos el entorno donde vivir en función de todo ello. Si efectuamos esta elección conscientemente, puede contribuir a vivir de forma holística. Si de veras queremos desplazarnos a un nuevo entorno para inducir el tipo de cambio que desearíamos en nuestra vida, pero lo diferimos, podría ser una buena idea considerar la posibilidad de trasladarnos a una zona del país completamente nueva. Esto dio un buen resultado a Karen, la mujer que, como recordará, cruzó Estados Unidos después de su operación.

El antiguo arte del feng shui

El feng shui es el antiguo arte chino de diseñar y crear un entorno armónico. El feng shui se basa en la creencia de que los modelos energéticos son generados y afectados por todo lo que hacemos, construimos o creamos. Enseña que nuestros destinos y nuestra vida están entrelazados con las relaciones entre el campo energético universal y nuestro campo energético humano. El feng shui utiliza la situación de edificios y objetos como un medio de manejar y armonizar las energías de nuestro entorno con nuestras energías personales. Así, por ejemplo, el lugar donde está situada su puerta principal y hacia dónde está orientada. Si da a un muro, éste bloqueará el flujo natural de energías terrestres que inciden en su casa. Tener que rodear siempre el muro para entrar en su casa le exigirá más energía y alterará su flujo natural. Mirar siempre a un muro al acercarse a su casa bloquea el flujo natural de energía que usted establece con su casa cuando se aproxima a ella. Esto interferirá en su relación con su hogar y puede hacer que usted se sienta débil, derrotado y bloqueado en su vida debido al esfuerzo que debe realizar para acceder a la comodidad de su casa. Esto puede provocar entonces más esfuerzo en su vida.

Según el feng shui, es importante conocer las influencias energéticas del territorio, la posición y el flujo de agua respecto a su hogar, las estrellas, los colores, el clima, los animales, las formas, los diseños y cosas por el estilo. El feng shui utiliza muchas clases distintas de cosas para contribuir a establecer un flujo de energía controlado en aquellos lugares en los que pasamos algún tiempo. Así, por ejemplo, se sirve de espejos para reflejar energía; la colocación de un espejo en la pared opuesta a su puerta principal rechaza todas las energías negativas que lleguen. Emplea el sonido para modificar la energía o para dirigir energía positiva al interior de su hogar de modo que aporte salud, bienestar y prosperidad.

El feng shui puede ayudarle a elegir el sitio donde construir su casa o despacho. Le dice dónde situarlos con relación al paisaje, a las carreteras y a los vecinos. Le dice dónde ubicar el camino de acceso a su casa.

En la bibliografla se recogen varios libros sobre el feng shui. Para un occidental, muchas de las normas y principios específicos que enseña pueden no tener ningún sentido. Esto se explica en parte por las diferencias culturales en el mundo, y en parte porque el feng shui es una tradición muy antigua. En lo que ha llegado hasta nuestros días, la superstición podría haberse mezclado por completo con lo que funciona de veras. Pero si usted está interesado en una información muy específica sobre cómo se ve afectado por su propia casa o por el entorno de su oficina, tome un libro sobre el feng shui y échele un vistazo.

Le sugiero que utilice toda la información de este capítulo para revisar el lugar donde vive. Cada país ofrece un vasto abanico de tipos de lugares en los que residir, y es posible trasladarse a un sitio de su elección y encontrar un trabajo allí si lo desea. Si quiere vivir en una ciudad para compartir la elevada energía disponible allí, procure salir al campo con frecuencia. Además, despeje su campo energético regularmente mediante las técnicas que se describen en la sección sobre la reparación del campo energético, en el capítulo 10.

Algunas buenas preguntas que plantearse sobre el lugar donde vive:

¿Qué tipo de territorio elige?

Si no reside en el tipo de territorio que desearía, ¿qué puede hacer para pasar ocasionalmente algún tiempo allí?

¿Qué zona del país le ofrece el tipo de límites que prefiere, con la densidad de población que prefiere? ¿Dónde interactúa con la vida la clase de gente que a usted le gusta?

¿Ha deseado siempre trasladarse a otra parte, y no ha llegado a hacerlo?

¿Qué necesidad insatisfecha cree que cumpliría ese traslado?

¿Puede satisfacer esa necesidad en su residencia actual? Esa necesidad, ¿consiste en algo más?

El hecho de vivir donde lo hace ahora, ¿le permite evitar algo que teme afrontar?

Si es así, averigüe de qué se trata, para poder realizar una elección consciente de quedarse o marcharse, silo desea.

Las energías de los espacios y objetos que rodean y alimentan su campo

Los espacios vitales

La energía del espacio en el que usted vive tiene un importante efecto en su campo aural. Todos los espacios contienen energía. La energía de un espacio depende de su forma, sus colores, los materiales de que consta y la energía de los creadores de ese espacio. Los espacios acumulan la energía de las personas que hacen uso del espacio, la energía de lo que hacen en el espacio y la energía con que lo hacen. Todas esas energías se almacenan en un sitio, ya sean sanas o insanas. Cuanto más se utilice un espacio con la misma energía por las mismas personas para un propósito determinado, más se carga ese espacio con la energía de ese propósito.

Estoy segura de que habrá notado la diferencia de energía de una estación de autobuses o trenes y una catedral o un templo. Por ejemplo, si ha estado usted en la ciudad de Nueva York, compare la energía en lugares como la terminal de Port Authority y la Grand Central Station con la energía en las catedrales de St. Patrick y St. John the Divine y el Temple Emmanuel. Las energías de las estaciones son violentas, caóticas, melladas y, generalmente, están llenas de unas nubes contaminadas y oscuras. No es agradable permanecer mucho tiempo allí. Incluso resulta peligroso, no sólo por la criminalidad, sino también por la enorme cantidad de energías negativas acumuladas que es posible captar en su campo aural. Las energías de las catedrales y templos, en cambio, son limpias y tienen unas vibraciones más altas. La elevada naturaleza espiritual de la energía de esos espacios afecta positivamente a cualquiera que acceda a ellos.

Las energías acumuladas durante los servicios religiosos contienen también las energías de las creencias de la gente que acude allí para dar culto. Las personas que poseen creencias similares se sentirán fortalecidas cuando se hallen en esos espacios porque estarán en un campo energético de creencias similar al suyo. Pero las mismas energías pueden resultar intimidadoras o sofocantes para alguien que no posea las mismas creencias.

Los espacios utilizados para la meditación en silencio o para la simple comunión con Dios, como las salas de reuniones de los cuáqueros, contienen una energía sorprendentemente limpia y nítida, con una vibración muy alta. El espacio de meditación más limpio que yo he visto es el santuario de la comunidad espiritual escocesa denominada Findhorn. Esta comunidad es conocida por su interfase humana-natural. Aquí, la comunidad acude para realizar una meditación en silencio varias veces al día. Con el paso de los años se ha acumulado una energía limpia y nítida, sincrónica con las energías de la naturaleza.

La regulación de la temperatura y la humedad en un espacio afecta también a su energía. Los sistemas de calefacción por aire acondicionado reducen el nivel de humedad en el espacio al del aire del desierto. Resulta dificil humedecerlo de un modo saludable. Este aire seco vuelve el campo aural un tanto frágil y vulnerable a invasiones. La calefacción con zócalos de agua caliente es la mejor, porque no seca tanto el aire. A veces, las estufas de gas tienen fugas y causan muchos problemas antes de que se detecte la

pérdida. Si usted tiene una estufa de gas, haga que la revisen regularmente o que le instalen un detector de gas.

El aluminio tiene una frecuencia de vibración inferior a la necesaria para mantener la vida humana. Yo no lo tendría en mi cocina o en mi casa. Las tablas de forro de aluminio en las casas o caravanas reducen el índice de vibración de la energía vital en el interior de la casa o la caravana. Además, absorben la energía de las personas que habitan dentro. La madera es muy compatible con las vibraciones de la energía vital, y vivir en casas de madera resulta saludable. El hormigón tiene un efecto neutro sobre el campo aural. Algunos bloques grandes de apartamentos poseen estructuras de acero que interfieren en la expansión normal del-campo aural. Si las habitaciones de un piso son espaciosas, con techos altos, es probable que el acero no lo afecte demasiado. Las ventanas amplias dejan pasar mucha luz, que carga el aire de modo que resulta más saludable.

Los objetos con los que vive

Los objetos también transmiten energía. Contienen la energía de los materiales de que están hechos, la energía que fue depositada en ellos por su artífice (consciente o inconscientemente) y la energía que todos sus poseedores han vertido en ellos. Si los objetos son antiguos, transmiten la energía de todos los lugares en los que se han guardado. Los objetos que usted coloca en una habitación aportan todas esas energías, que se incorporan a la sinfonía energética de la habitación.

Los cristales situados en lugares específicos dentro de un hogar con el propósito de que conserven la energía de la casa son muy útiles y desempeñan una labor muy eficaz. Una amiga mía tiene varios cristales grandes en cada habitación, colocados ceremoniosamente a ese efecto. Cada vez que la he visitado, la energía de esa casa es portentosa.

Los sanadores disponen cristales naturales en sus salas de curación para aportar una energía curativa suplementaria a la habitación, para liberar la sala de la DOR, para reforzar su arraigo a la tierra y para embellecer las estancias. Limpian esos cristales a diario colocándolos directamente a la luz del sol y sometiéndolos a un baño de cuatro cucharadas de sal marina por un cuarto de agua durante unos veinte minutos.

Diversos tipos de cristales tienen vibraciones distintas, y los cristales individuales vibran de forma distinta, aunque estén integrados por los mismos minerales. Es importante probar cada cristal para cerciorarse de que cumplirá la función que usted le ha asignado. Una comprobación sencilla consiste en colocar el cristal donde usted quiera y dejarlo allí unos días. Si todavía le gusta su energía, déjelo allí todo el tiempo que desee. Si no le gusta, trasládelo a otro lugar y déjelo allí unos días. Si ése no es el sitio adecuado, repita el procedimiento. Tal vez termine por dejarlo fuera. Lo importante es aquello que le guste. Tendrá que vivir con ello.

Las obras de arte tienen un efecto extraordinario en el campo aural. Este efecto varía muchísimo en cada individuo, pero podemos aventurar algunas generalidades sobre sus repercusiones. Determinadas obras, como la *Noche estrellada* de Van Gogh, abren el campo a una contemplación personal profunda sobre el viaje de la vida, su agonía y su éxtasis. Las hermosas escenas impresionistas, como los *Nenúfares* de Monet, cargan el sexto nivel de nuestro campo energético y producen una experiencia de serenidad. Rembrandt nos induce al anhelo de la luz e intensifica la luz interna de la estrella del núcleo. La excelencia de cualquier obra de arte nos inspira a dar lo mejor de nosotros mismos al proporcionar una mayor coherencia a nuestro campo. Un marco apropiado es el que vibra en la misma frecuencia que la pintura. Esta posee, por sí misma, una determinada integridad visual. Un marco inapropiado enmascara el potencial visual de la intención del artista. Un marco adecuado es aquel que iguala la intensidad de la pintura cuando carece de marco y se incorpora a la esencia de la pintura de una forma ideal. Thomas Cole, el célebre pintor norteamericano del siglo xix, dijo: «El marco es el alma de la pintura». Disponga sus obras de arte de modo que induzcan estados de ánimo apropiados a lo que quiere hacer en el espacio donde las vea.

El sonido en su entorno

El sonido ha sido utilizado durante siglos para curar por parte de sanadores y médicos de todas las tradiciones y culturas. La antigua tradición de cantar, nuevamente popular en Estados Unidos desde los años sesenta, inodifica el campo aural de suerte que somos inducidos a estados alterados de conciencia. Muchos sanadores contemporáneos recurren a la entonación para alterar el campo aural de sus clientes con vistas a mejorar su salud.

Yo he observado que el sonido tiene un efecto directo y muy intenso en el campo aural. Durante mis quince años de práctica como sanadora en la ciudad de Nueva York, lo he utilizado con fines muy diversos. Usando la voz, entonaba directamente hacia el cuerpo fisico y el campo aural de mis clientes. Grababa esos sonidos para cada cliente, de modo que pudieran escuchar la cinta de los sonidos curativos específicos para su cuerpo y su campo una o dos veces al día. El paciente se limitaba a escuchar la cinta cómodamente tendido en la cama, o meditaba con esos sonidos de fondo. A medida que el cliente mejoraba, yo actualizaba la cinta de tonos incorporando una nueva gama de sonidos. Así, el paciente podía mejorar mucho más rápido mediante la autocuración en su casa. Yo usaba distintos tonos y combinaciones de tonos con fines diversos,

como: eliminar los bloqueos de energía, cargar zonas del cuerpo, despejar líneas energéticas específicas del campo aural, estimular el crecimiento de los tejidos, detener hemorragias, mover líquidos, expulsar parásitos del cuerpo, destruir los huevos de los parásitos junto con sus frecuencias de resonancia, destruir microorganismos junto con sus frecuencias de resonancia, y hacer girar y cargar los chakras.

Al entonar el sonido adecuado en un chakra deformado, éste adopta la forma que le corresponde. Usando la EPS, lo he hecho a menudo con mis clientes. El efecto es sorprendente. Comoquiera que mi visión es tan precisa, soy capaz de encontrar el sonido apropiado con sólo ver cómo el chakra responde a la variedad de tonos que emito. Cuando doy con el tono adecuado, el chakra se endereza y gira correctamente. Una vez que ha adoptado la forma correcta y gira en el primer nivel del campo, sólo tarda unos segundos en asumir el color correcto en el segundo nivel del campo. Es asombroso lo rápido que funciona. Cuando sigo entonando en ese chakra durante unos minutos, el chakra se estabiliza.

Los tonos que utilizo son una combinación de muchas frecuencias con armónicos. No hemos realizado un análisis de frecuencia de esos tonos para averiguar las frecuencias implicadas, ya que esto requeriría un equipo sofisticado del que aún no disponemos actualmente. Yo he reproducido esos tonos muchas veces con personas distintas. Las notas que he descubierto de este modo para cada chakra se enumeran en la figura 9-1.

Otro aspecto interesante de este tipo de entonación es el efecto inmediato que tiene en la capacidad de un paciente para evocar un determinado color en su mente. La mayoría de la gente puede hacer esto con gran rapidez. Pero si el cliente posee un chakra que no funciona correctamente, no podrá asumir el color asociado con él. Y el cliente será entonces incapaz de evocar mentalmente ese color. Por ejemplo, si el tercer chakra no funciona y los demás sí, el cliente será capaz de imaginarse todos los colores asociados con todos los demás chakras excepto el amarillo, que está vinculado al tercer chakra. La entonación en el tercer chakra le permitirá recuperar su forma. Tan pronto como el chakra «se enderece y empiece a girar» y adopte el color correcto, el paciente podrá imaginar ese color.

El sonido afecta no sólo al primer nivel del campo aural que da forma al chakra, sino también al segundo nivel del campo, donde los chakras son los colores del arco iris: rojo, anaranjado, amarillo, verde, azul, añil y blanco. Yo he afectado a todos los niveles del campo mediante técnicas de entonación. El número de niveles afectados a la vez depende del número de armónicos que el sanador es capaz de producir a la vez. En mi caso, me di cuenta de que tan pronto como intentaba emitir los armónicos para que afectaran los niveles más elevados del campo para un chakra concreto, empezaba a perder las frecuencias más bajas y a tener un efecto menor sobre los niveles inferiores del campo. Para remediar este problema, simplemente lo hago dos veces. Recorro los niveles más altos del campo para cada chakra con una gama más elevada de tonos después de haber recorrido los chakras.

Figura 9-1: Los tonos de los chackras

Chakra	**Color** (nivel 2)	**Nota**
7	Blanco	Sol
6	Añil	Re
5	Azul	La
4	Verde	Sol
3	Amarillo	Fa
2	Anaranjado	Re
1	Rojo	Sol (debajo de *do* medio)

En la Barbara Brennan School of Healing se pueden encontrar dos tipos de cintas de tonos para chakras. El primero es el de tonos producidos oralmente, como se acaba de describir. El segundo consiste en tonos para chakras producidos mecánicamente.

Un terreno de investigación en constante evolución demuestra que el sonido está directamente relacionado con la creación de formas en la naturaleza. Este terreno recibe el nombre de cimática. En su libro Cymatics, el fallecido doctor Hans Jening, de Basilea (Suiza), demostraba a través de sus experimentos que el sonido tiene una relación directa con la forma. Cuando colocaba granos finos de arena o polvos de licopodio sobre una placa de metal y luego enviaba una frecuencia de sonido uniforme e ininterrumpida a través de la placa, los granitos de arena o los polvos formaban unos dibujos específicos. Cuando modificaba el sonido, obtenía un dibujo distinto. Al repetir el primer sonido, volvía a obtener el dibujo original. Mientras persistía el mismo sonido, se mantenía el mismo dibujo; tan pronto como el sonido cesaba, el dibujo perdía su forma y los granitos se redistribuían poco a poco según la gravedad.

El doctor Guy Manners, un osteópata que dirige su propia clínica en Bretforton, Worcestershire (Inglaterra), prosiguió este trabajo con Jening para tratar de crear formas tridimensionales a partir del sonido. Para ello, empezaron a usar más de una frecuencia a la vez. Dos, tres y cuatro frecuencias combinadas no crearon una

imagen tridimensional. Pero en cuanto probaron con cinco frecuencias de sonido simultáneamente, las pequeñas partículas sobre la placa metálica adoptaron una forma tridimensional.

El doctor Manners invirtió veinte años en la investigación de este fenómeno y encontró las combinaciones de tonos que son apropiadas para cada órgano. Entonces construyó una máquina llamada instrumento cimático para producir esos sonidos con vistas a su aplicación en la práctica clínica. En la actualidad, se utilizan en todo el mundo. Yo visité al doctor Manners en la Bretforton Hall Clinic y observé el funcionamiento de esas máquinas. Tenían claramente un intenso efecto en la reestructuración del campo aural en su forma correcta y sana. Este efecto debería, a su vez, reducir el tiempo necesario para la curación.

Hasta ahora, ya ha visto que el sonido que nos rodea afecta directamente a nuestro campo aural, ya sea músi ca, el ruido del tráfico, ruido industrial o los sonidos puros de la naturaleza. Tan sólo empezamos a comprender los efectos a gran escala del sonido en nuestra salud y bienestar. Aun cuando no lo comprendamos en su totalidad, es importante reconocer este efecto tan intenso y regular nuestro entorno sonoro en función del mismo.

Si usted reside en una gran ciudad, adopte todas las precauciones que pueda para controlar la contaminación sonora que recibe. Quizá pueda dormir pese al ruido de la ciudad, pero sigue afectando a su campo. Le sugiero que, si es posible, instale ventanas de cristal triple y cortinas gruesas y aislantes en las ventanas. Trate de controlar el ruido en su oficina tanto como pueda. Si dispone de un despacho privado, insonorícelo para que no entre el ruido del resto de la oficina o del exterior. Si trabaja en una habitación grande con mucho ruido, insonorice su área inmediata para amortiguar el ruido. Y protéjase los oídos si es posible.

La música desempeña un papel muy importante en la salud y la curación. Muchos sanadores utilizan música para tratar de calmar el campo aural o llevarlo a niveles vibratorios elevados para inducir al cliente en un estado curativo. La amplia gama de música nos ofrece un amplio abanico de efectos. Cierta música es muy tranquilizadora; otra carga el campo. Determinada música favorece directamente los estados alterados, y otras músicas despiertan la mente racional. Ahora existen muchas opciones de música New Age que cargan y abren cada chakra secuencialmente mientras suena. Algunas son excelentes para la meditación. En los cursillos que se imparten en la Barbara Brennan School of Healing, utilizamos música constantemente para inducir a los alumnos en distintos estados de conciencia para la curación. Por ejemplo, la música de percusión es ideal para arraigarse, conectarse con las energías terrestres y abrir los chakras primero y segundo. La música rock pop estimula nuestra sexualidad y mantiene el cuerpo y el campo aural moviéndose a un ritmo rápido que incrementa el flujo energético a través del campo. Las baladas abren el cuarto chakra para ayudarnos a conectarnos unos con otros. Los múltiples tipos de música para meditación generada por sintetizadores son idóneos para elevar nuestra espiritualidad. Cualquier instrumento puede llevarnos a través de todos los niveles de la experiencia humana si el músico sabe cómo hacerlo. En la escuela Brennan utilizamos regularmente música de arpa para inducirnos en la experiencia de la esencia del núcleo.

Una dieta regular de música nos ayuda a estar sanos. El tipo de música que usted elija estará directamente relacionado con los tipos de energías que componen su campo energético y con la clase de aprendizaje personal que usted realice en un momento concreto. Concédase la libertad de escoger la música que le guste, y de usarla como prefiera. Es todo un mundo de alimento que se le brinda. No se prive de él. Si considera que tiene viejos prejuicios sobre un determinado tipo de música, quizá debería probarla alguna vez y experimentar el efecto que ejerce sobre su campo. Puede que esté evitando algo. O puede que haya puesto fin a la fase de desarrollo personal que esa música concreta representa.

Si a su cónyuge le encanta la música que usted aborrece, confine la música a una habitación concreta, para tener la opción de escucharla o no- Quizá necesiten dos salas de audición distintas, para que ambos puedan escuchar la música de su gusto. Tal vez a uno de los dos le encanta el silencio. Determine el momento del día en que lo desea, y establezca algunos acuerdos con los miembros de su familia para que todos puedan satisfacer sus necesidades. Si lo requiere, instale más puertas entre las habitaciones de su casa. O pida a su cónyuge que utilice auriculares.

Si tiene hijos adolescentes a los que les gusta oír la música alta, trate de confinar esa música a sus habitaciones mediante materiales insonorizantes, o pídales que usen auriculares también- Es mejor protegerse de esa música/ruido en lugar de intentar conseguir que sus hijos cambien. Quizá necesiten la música para su transición a la etapa adulta.

En el proceso del desarrollo humano, cuando accedemos a la pubertad empiezan a manifestarse dentro de nuestro campo aural energías que no hemos experimentado antes, al menos no en esta vida. Nuevas energías intelectuales y espirituales de frecuencias más elevadas comienzan a fluir por todo el campo. Hay energías nuevas tanto en el chakra del corazón como en los chakras sexuales. La integración de esas energías nuevas en nuestro campo supone una verdadera lucha. No sólo nos separamos más de nuestros padres, sino que también aprendemos a conectarnos con los demás de formas que no habíamos conocido anteriormente. Nos sentimos más bien vulnerables a este desarrollo aural, al pasar de ser unos niños que quieren que sus padres se ocupen de ellos a encontrarnos con que un día rechazamos a nuestros padres y estamos enamorados de alguien a quien apenas conocemos. Como adolescentes, recurrimos a la música rock para que nos ayudara durante la transición- Nos ayudó a separarnos de nuestros padres al levantar un muro de sonido entre nosotros y ellos. La música rock excita las energías del campo aural que se liberan y desarrollan durante la pubertad. Carga nuestra voluntad de vivir, el primer chakra, y nuestra sexualidad, el segundo chakra. Nos ayuda a empezar a desconectar nuestra dependencia de los padres y a conectarnos a

nuestros semejantes (el tercer chakra). Y, por supuesto, la música romántica abre el chakra del corazón. Nos conecta con el amor hacia quienes pasan por las mismas experiencias. Nos libera del dominio paterno, al tiempo que reorienta nuestra dependencia hacia el grupo de nuestros semejantes. Para satisfacer las múltiples necesidades que tendremos como adultos, debemos cultivar las habilidades fundamentales de conexión y cooperación con los semejantes. Si esas habilidades no se han establecido antes de la pubertad, ahora recibimos un último empujón antes de la edad adulta para hacerlo. No importa hasta qué punto no podemos soportar el ruido ahora que somos adultos; en otro tiempo fue también el símbolo de nuestro avance hacia el mundo exterior.

Estimule su espacio con color

Todo cuanto hemos dicho sobre el sonido, puede decirse también del color. Ambos se crean a través de una onda vibratoria, de modo que ambos poseen una estructura de ondas y una frecuencia de vibración- El sonido y la luz de colores son muy distintos. El sonido es una onda de compresión longitudinal que viaja a través de una sustancia material como el aire o las paredes de su casa. *Longitudinal* significa que viaja por el mismo camino que la trayectoria de su onda- Los sonidos que oímos no existen en el espacio exterior ni en el vacío. Han de tener esa sustancia material para poder transmitirse. La luz de colores, en cambio, es una onda elec- tromagnética que vibra perpendicularmente a su trayectoria de movimiento. Puede viajar a través del espacio exterior o del vacío. Los dos son, en último término, manifestaciones de frecuencias más altas que existen más allá del mundo fisico. Ambos son manifestaciones de lo divino.

El color es esencial para la salud- Necesitamos todos los colores en nuestro campo aural. Si estamos faltos de ellos, somos atraídos a los colores que necesitamos. La figura 92 enumera los distintos colores y el efecto general que tienen en usted. Así, por ejemplo, los colores rojos estimulan nuestras emociones, mientras que los azules enfrían y tranquilizan nuestras emociones. Este cuadro puede utilizarse cuando elija colores para decorar su hogar, oficina o sala de curación. En cuanto haya determinado claramente la función de cada espacio, podrá escoger un color que responda a ese objetivo.

Puesto que toda enfermedad está asociada a la disfunción de determinados chakras, y el chakra afectado necesita ser alimentado con el color de que carece, el color puede utilizarse para el tratamiento de diversas enfermedades. Por ejemplo, una persona que tiene una úroides poco activa necesita el color azul- Si la tiroides es hiperactiva, el paciente posee demasiado azul y probablemente necesita el verde, que es un color que contribuye al equilibrado general del campo. Los pacientes de esclerosis múltiple necesitan rojo y anaranjado, porque los chakras primero y segundo son los más afectados. Todos los enfermos de cáncer necesitan el color dorado, puesto que cualquier cáncer presenta un aura desgarrada en el séptimo nivel, que es dorado. Los pacientes de cáncer requieren también el color del chakra de la zona en que el cáncer está localizado en el cuerpo. Por ejemplo, los pacientes de cáncer hepático o pancreático necesitan amarillo y melocotón, los colores del tercer chakra en los niveles segundo y cuarto del campo, respectivamente.

Figura 9-2: El efecto general de los colores

Rojo	Intensifica su conexión con la Tierra y aporta fuerza a los impulsos básicos de la energía vital como la voluntad de vivir en el mundo físico. Carga, protege, resguarda. Beneficioso para todos los órganos situados en la zona del primer chakra.
Castaño	Reúne la pasión y la voluntad.
Rosado	Aporta un amor intenso y activo por los demás, le ayuda a amar. Muy curativo.
Rosa	Aporta un amor suave y complaciente por los demás.
Melocotón	Aporta un espíritu suave, complaciente y luminoso.
Anaranjado	Carga su energía sexual y estimula el sistema inmunitario. Beneficioso para todos los órganos de la zona del segundo chakra. Acrecenta su ambición.
Amarillo	Aporta más lucidez mental y una sensación de conveniencia. Beneficioso para todos los órganos de la zona del segundo chakra. Despeja la mente.
Verde	Aporta equilibrio y una sensación de plenitud: yo estoy bien, tú estás bien y el mundo está bien. Beneficioso para todos los órganos conectados con el cuarto chakra, como el corazón y los pulmones.
Azul	Aporta paz, verdad y orden. Le ayuda a decir la verdad, incrementa la sensibilidad, fortalece al maestro interno. Beneficioso para todos los órganos de la zona del quinto chakra, como la tiroides. Sse usa para cauterizar lesiones en la cirugía espiritual.
Azul marino	Aporta un fuerte sentido de propósito.
Añil	Abre la percepción espiritual, aporta la sensación de éxtasis. Le ayuda a conectarse con el misterio profundo de la vida espiritual. Beneficioso para cualquier órgano próximo al sexto chakra.
Morado	Le ayuda a integrarse y acceder a la espiritualidad, aporta un sentido de magnificencia. Le ayuda a potenciar el sentido del liderazgo y del respeto.
Lavanda	Aporta una actitud alegre ante la vida.

	Elimina los microorganismos invasores, aporta una sensación de ligereza.
Blanco	Le aydua a conectarse con su pureza y dilata su campo. Aporta una expansión espiritual y conexión con los demás en el nivel espiritual; provoca un flujo energético al exterior. Alivia el dolor. Beneficioso para el cerebro.
Dorado	Estimula la mente superior para comprender el modelo perfecto, aporta un sentido de gran poder. Le ayuda a conectarse con Dios y con la fuerza espiritual que hay en usted. Fortalece cualquier parte del cuerpo.
Plateado	Potente purgante de microorganismos, usado directamente después del lavanda en la eliminación de residuos. Le ayuda a moverse más rápido y a comunicarse mejor. Se usa para cauterizar lesiones en la cirugía espiritual.
Platino	Elimina los microorganismos invasores, con mayor eficacia incluso que la luz plateada.
Marrón	Favorece una rica conexión y arraigo a la Tierra.
Negro	Le ayuda a profundizar en sí mismo y a permanecer centrado. Aporta paz absoluta. Si lo usa correctamente, le ayudará a acceder a fuerzas creativas internas y profundas. Le lleva al vacío, a la fuente de la vida o manifiesta que aguarda nacer a la manifestación. Le lleva a la Gracia. Ayuda a afrontar la muerte. beneficioso para la curación de huesos.

He oído que pintar las habitaciones de los niños hiperactivos de azul contribuye a calmarles. En algunos hospitales de salud mental se pintan las paredes de azul para ayudar a sus pacientes a tranquilizarse. Supongo que llegará un día en que los hospitales se pintarán del color que ayude a sus pacientes a permanecer en un estado de ánimo curativo. El verde-césped y el rosa ayudarán a cualquier paciente a cargar y equilibrar el chakra del corazón en los niveles segundo y cuarto del campo aural. El chakra del corazón ocupa un lugar central en cualquier proceso curativo porque toda la energía curativa debe pasar por el centro del chakra del corazón en su camino hacia el cuerpo del receptor. También podríamos hacer unos grandes paneles de vidrios de colores iluminados por una luz halógena omniespectral que podría desplazarse de una habitación a otra donde se necesitara con fines curativos. Cada uno de estos paneles podría hacerse del color de cada chakra, para que el campo aural simplemente absorbiera el color. Podrían reproducirse los tonos para chakas de manera que cada chakra desequilibrado pudiera adoptar su forma cónica sana, que se endereza y gira en el sentido de las agujas del reloj para recibir el color.

Naturalmente, existen excepciones a la lista de colores que facilita la figura 92. Usted podría muy bien asociar cualquier color a una experiencia personal dolorosa. En este caso, el color sería asociado a esa experiencia y tendría un efecto distinto en usted. Nos encantan determinados colores, y aborrecemos otros. Nuestra relación con el color es también una expresión de lo que ocurre en nuestros campos energéticos. Si los chakras primero y segundo, rojo y anaranjado, están bajos de carga, lo que significa que hemos sofocado nuestra energía fisica de querer vivir y nuestra sensualidad, quizá deseamos que se mantengan así. En tal caso, podemos necesitar rojo en nuestro campo para el bien de nuestra salud emocional y fisica. Pero, al mismo tiempo, tal vez evitamos intensificar esos colores debido a la experiencia personal que hemos tenido de ellos. Nos resistiremos a vestir prendas rojas y anaranjadas porque estimulan esas energías. Cuando éstas se intensifican en nuestro campo, aportan también cualquier problema emocional que podemos tener en esos aspectos de nuestra vida con los que están asociadas.

Vivir con olores significativos

Rara vez percibimos las cosas de un modo neutral. Imágenes y sonidos muy diversos nos ponen alegres, tristes o furiosos. Determinados olores pueden volver a algunos individuos positivamente extasiados. Hay también una conexión bidireccional entre esos aspectos emocionales de la percepción, por un lado, y los pensamientos y recuerdos, por otro: los aromas apropiados pueden evocar imágenes de comidas y vinos consumidos en el pasado, y el olor de varios inciensos puede devolvernos a la elevada experiencia espiritual que tuvimos en alguna ceremonia espiritual en la que se utilizaron. La fragancia de los perfumes puede trasladarnos a agradables recuerdos de estar con alguien a quien quisimos que llevaba ese perfume. Las fragancias naturales del cuerpo pueden llevarnos al recuerdo erótico de hacer el amor. Cuando accedemos a esos estados emocionales positivos, nuestro campo aural asume la configuración de ese estado positivo, y tiene lugar la curación. Éste es el poder de la curación aromática.

El sentido del olfato fue uno de los primeros en desarrollarse durante nuestra evolución. Nuestro sentido del olfato es registrado por el sistema olfativo, que reside en la región del cerebro medio, cerca del sistema lím-bico. Como consecuencia de esto, el sistema olfativo se ha relacionado siempre con el límbico. El sistema límbico está directamente conectado con nuestras respuestas inducidas por las emociones, que podríamos denominar «instintos animales». Estas actividades instintivas -comer, defenderse y las conductas sexuales- son fundamentales para la preservación de los individuos y la especie de todos los seres humanos y todo el reino animal.

Por ejemplo, los perros utilizan el olor del miedo para que los ayude a sobrevivir. ¿Conoce usted el olor del miedo? Algunos seres humanos sí lo conocen. Cuando un perro huele el miedo, responde de formas

distintas, según quién tiene miedo. Si se trata de su jauría, estará alerta y cauteloso, buscando el origen del peligro. Si es un enemigo en el que él está concentrado, se aprovechará del miedo de su adversario y probablemente atacará. ¿Reacciona usted al olor del miedo? ¿Cómo?

Los aromas que nos rodean tienen una gran importancia en nuestra vida. Estoy segura de que usted conoce la fragancia de su ser amado. Y le apuesto que esa fragancia afecta su humor de inmediato. El uso de las fragancias es tan antiguo como los seres humanos. En los santuarios se quema incienso para ayudar a la congregación a acceder a un estado de ánimo sagrado. Hombres y mujeres utilizan perfumes para atraer y seducir a la persona que les interesa. Las flores atraen a pájaros y abejas con su fragancia. Si desea establecer un determinado ambiente en su casa, utilice fragancias además de la iluminación y otros efectos. ¿Qué olores le gustan? ¿En qué estados de ánimo le ponen? ¿Emplea olores distintos para cosas distintas? Si no es así, pruébelo: quedará sorprendido por el poder del sentido del olfato.

Puesto que los aromas afectan directa y muy rápidamente las respuestas fisiológicas, cuando se usan adecuadamente pueden ayudarnos a crear respuestas curativas muy rápidas. La aromaterapia se ha utilizado durante siglos con fines curativos. Fue desarrollada por los antiguos egipcios, y se empleó extensamente en la India y China. Los hechiceros nativos americanos la han utilizado desde tiempos remotos, y ahora está ganando muchos adeptos en América. Usted puede adquirir aceites de esencias y plantas aromáticas para cualquier propósito que se le ocurra. Hay sustancias aromáticas para calmarle y para estimularle; para relajar los músculos o para vigorizarle; para conectarle o para desconectarle. Existen sustancias aromáticas para inducirle en distintos estados de ser. Hay diversos productos aromáticos para vitalizar y equilibrar cada chakra. Y, si están elaborados adecuadamente, todos ellos funcionan.

Se ha sabido durante siglos que el aceite aplicado sobre la piel favorece la entrada de la energía curativa. Pero, según mi visión con EPS, ocurre algo más que eso, y algo más que la respuesta del sistema límbico que se ha mencionado anteriormente. Me parece que algunas de las sustancias aromáticas utilizadas en la curación son verdaderas esencias aurales que pasan directamente al campo aural, suministrándole la energía que necesita, tal y como hacen los remedios homeopáticos. Los músculos se relajan al simple contacto con un «nutriente calmante» aplicado sobre ellos. No ha habido tiempo material para que el aceite haya sido absorbido por la piel o el músculo. Puedo ver las energías de colores de la sustancia aromática entrando en el campo. De hecho, empieza a abrirse un pasillo para el flujo energético en el momento en que se estira el brazo para coger el frasco que contiene la esencia.

Así que le sugiero que explore esta área por su cuenta no sólo para la curación, sino también para establecer el ambiente apropiado en su hogar, oficina o sala de curación. Asegúrese de utilizar fragancias naturales que sean derivados de sustancias naturales. No utilice productos sintéticos; no dan resultado.

La creación de un espacio energético

Hay varias cosas que usted puede hacer para mantener limpia la energía del espacio donde vive. Cerciórese de que recibe la suficiente luz solar. Ésta cargará la energía vital de la habitación y no permitirá que se acumule la energía orgón muerta. Si empieza a acumularse en el espacio una energía de baja vibración, puede eliminarla quemando en la estancia cálamo aromático o salvia, y saturándola de humo. O bien queme una mezcla de una taza de alcohol puro de grano con un cuarto de taza de sales de Epsom. Le recomiendo que conserve muchas plantas en la habitación para que el intercambio de energía entre las plantas y las personas sea constante. Abra las ventanas siempre que pueda para permitir la entrada de aire fresco.

La limpieza y el orden en el espacio mantendrán la energía también limpia. El orden es muy importante para conservar la energía positiva en un espacio. Asigne un sitio a cada cosa, para que sea fácil mantener el orden. El desorden genera un estorbo psíquico en su sistema y absorbe su energía. El desorden es una expresión del caos interno. Le recuerda los asuntos internos que tiene aún por resolver. Si usted tiende a recoger cosas que no usará o no le gustan demasiado, debería averiguar el porqué, puesto que con toda seguridad afecta a muchas otras áreas de su vida. El orden es un principio divino. El orden sirve para reservarnos un espacio en el que cumplir con nuestro cometido en la vida. El orden crea un espacio seguro en el que la fuerza creativa que llevamos dentro halla su expresión.

Una paciente que acudió a mí a causa de un dolor en la cadera derecha no podía limpiar su piso de todas sus cosas viejas, muchas de las cuales había heredado de su difunta madre. Le proporcioné toda la curación que pude, pero recibía continuamente la orientación de que esa mujer debía limpiar su piso para curarse la cadera. El dolor en la cadera tenía relación con su incapacidad de librarse de los viejos problemas que tuvo con su madre. Ella conservaba un sentimiento de culpabilidad poco realista al respecto. Cuando por fin se libró de su culpabilidad y limpió el piso, su cadera empezó a mejorar. Fue algo asombroso de ver. Cada vez que tiraba otra caja de trastos, su cadera evidenciaba una mejoría.

Muchos materiales de construcción con que se hacen las casas son tóxicos para nosotros. Las luces fluorescentes agreden el campo aural, haciendo que se vuelva incoherente. Producen energía orgón muerta que genera enfermedades. Apáguelas, ponga un trozo de cinta sobre el interruptor e instale un suelo radiante o lámparas de sobremesa. Constantemente añadimos agentes contaminantes al aire mediante el uso de hornos y demás instalaciones de gas. Cuando fumigamos la casa para exterminar plagas, inhalamos parte del veneno. Incluso los productos químicos empleados para esterilizar lugares públicos, como el aseo

de un autobús, son insalubres cuando se inhalan. Hasta cuando las toxinas del aire son fáciles de detectar, confiamos en que nuestro cuerpo no reaccionará a su inhalación. No les damos importancia alguna, como si fuera un problema ajeno.

No sólo hay una gran proporción de contaminación ambiental en todas nuestras ciudades, sino también una gran cantidad de energía electromagnética que penetra en el espacio donde vivimos. Se trata de un fenómeno muy dificil de detectar de forma natural. El libro del doctor Robert Becker, *The Body Electric,* describe los estudios que ha realizado para demostrar los efectos de esas radiaciones en el cuerpo. El doctor Becker presenta unos estudios que revelan una mayor incidencia de enfermedades autoinmunológicas, como la leucemia y otras formas de cáncer, en las personas cuyos hogares se hallan cerca de líneas de alta tensión.

Estamos despertando al hecho de que debemos hacer mucho por detener los residuos y la contaminación en nuestra vida. El mejor sitio donde empezar es el hogar. Recicle todo cuanto pueda. No es tan dificil. Cada año se está organizando mejor. De hecho, existe ahora un magnífico mercado laboral en la nueva industria de reciclaje.

Veamos algunas cosas que usted puede hacer contra la contaminación en sus espacios personales:

- Resida lejos de las líneas de alta tensión.
- Utilice un buen sistema de humedecimiento en su casa, algo que evapore el agua en el aire. No use humedecedores ultrasónicos que emiten pequeñas partículas al aire, en las que se transmiten enfermedades.
- Consiga un generador de iones negativos.
- Filtre el aire con un filtrador de aire doméstico.
- Filtre el agua con un buen filtrador de agua trifásico. Utilícelo en toda la casa. Lo encontrará en la mayoría de establecimientos de suministros domésticos.
- Para prevenir la deficiencia de luz en invierno, incorpore luces omniespectrales complementarias, preferiblemente halógenas. O consiga una caja de luz especial de 2.500 lux. Úsela durante una hora al día.
- Quite o apague las luces fluorescentes.
- Si dispone de aparatos de gas, instale un detector de fugas

La creación de un espacio curativo

Es muy importante ocuparse de sus necesidades ambientales inmediatas durante una enfermedad. Recuerde que usted estará en una sala curativa, no en una sala de enfermos. Cuanto más se rodee de las cosas que le recuerdan quién es usted en realidad, más agradable será el período de convalecencia. Asegúrese de que la habitación que ocupa está llena de vida, placer y alegría. Cuide cada detalle de sus necesidades fisicas, no sólo en lo que se refiere al arreglo fisico, sino también a la iluminación de la estancia, música, comida y los objetos favoritos que le rodean. Sigue una lista de cosas que puede tener en su sala de curación:

• Algo que exprese todos los aspectos de su persona.
• Mucha luz, siempre que no le hiera los ojos.
• Imágenes de vidrio pintado colgadas en las ventanas.
• Cristales colgados en las ventanas que produzcan arcos iris a partir de la luz del sol.
• Sus fotos o pósters favoritos.
• Plantas y flores.
• Ropa de colores vivos de su color preferido.
• Sus objetos favoritos.
• Su música predilecta, a su alcance.
• Alimentos que le gusten y que se ajusten a las limitaciones de su dieta.
• Cosas blandas para tocar o asir cuando se sienta solo.
• Fragancias de su gusto.
• Fotos de sus amigos.
• Aire fresco.

Cerciórese de que la energía del espacio donde vive expresa quién es usted. La composición energética de su espacio de residencia es muy importante para su salud y bienestar. Cuando elija su mobiliario y su espacio donde vivir, no olvide que todo ello contribuye a su dotación energética. El tamaño de una forma es importante para su campo aural. A mí no me gustan los techos bajos porque puedo percibir mi campo aural escapándose a través de ellos. Hacen que me sienta comprimida. Me gustan las habitaciones amplias por la misma razón. Use toda la información de las secciones precedentes para responder a las preguntas que siguen sobre su espacio vital.

Algunas buenas preguntas que plantearse sobre su espacio vital son:

¿Es confortable y acogedor para usted?
¿Le gusta la intensidad de luz que tiene?
Los colores ¿son adecuados para usted?

¿Necesita plantas?
¿Expresa su espacio todos los aspectos de su persona? ¿Qué debe añadir para que incluya todos ellos? ¿Cómo expresa su espacio su salud?
¿Cómo expresa su enfermedad?
¿Qué manifiestan sus armarios sobre su psique interna?
¿Expresa claramente quién es usted, o representa la parte de usted que necesita atención, cuidados y amor?
¿Está arreglado del modo que le gusta, o hay algo que le ha molestado durante años y todavía no ha resuelto o cambiado?
¿Tiene cosas que no necesita ni quiere, pero no se desprende de ellas?
¿Qué otras áreas de su vida afecta esto?
¿De qué otras cosas no se desprenderá?
¿Qué miedo subyace en esta actitud?
¿Cómo afecta su espacio vital en sus relaciones?
La energía de su espacio ¿expresa quién es usted?

Lo mismo puede aplicarse a su espacio de trabajo, sea su propio negocio o no.

Algunas buenas preguntas que plantearse sobre su espacio de trabajo son:

¿Cómo es la energía de su espacio de trabajo?
¿Qué sensación producen y qué aspecto tienen su despacho/herramientas/material?
¿Qué sensación produce y qué aspecto tiene su área de trabajo?
¿Está ordenada?
¿Cómo expresa quién es usted?
¿Le resulta útil?
¿Qué más necesita para ayudarle a realizar su trabajo?
La energía de su espacio de trabajo ¿expresa quién es usted?

Capítulo 10
SU CUERPO FÍSICO COMO HÁBITAT ESPIRITUAL

Desde la perspectiva espiritual, nuestro cuerpo es un vehículo que nos permite cumplir una labor. Cuando realizamos el ajuste psicológico para considerar nuestro cuerpo como el vehículo con el que cumplir una tarea en la realidad fisica, el hecho de ocuparnos del cuerpo de una nueva manera se torna muy importante. No sólo queremos hacerlo sano, sino que deseamos mantenerlo muy limpio y despejado para poder vivir en el mayor equilibrio posible con la naturaleza y con la máxima sensibilidad posible a la Elevada Percepción Sensorial. Lo que antes podíamos considerar saludable tal vez ya no nos parecerá tan saludable. Por ejemplo, la ingestión de alimentos pesados, azúcares y estimulantes como el café embota nuestros sentidos. La ropa que nos ponemos intensifica o disminuye el flujo de energía que discurre por nuestro cuerpo. La higiene adquiere mucha importancia para mantener nuestros campos energéticos sin contaminar. El cuidado de esas y otras áreas mejora no sólo su salud, sino también su sensibilidad a su campo energético y a todos los campos de energía que le rodean.

Higiene personal para el cuerpo fisico

Recuerde que su piel es el órgano excretor más extenso de su cuerpo, por lo que conviene mantenerlo en óptimas condiciones de funcionamiento. Procure utilizar jabones naturales y no tóxicos, o productos limpiadores con un pH equilibrado para su piel. La piel tiene una capa natural ácida que ayuda a prevenir las infecciones. Si usa jabones demasiado alcalinos, eliminará la capa protectora y se hará vulnerable a las invasiones externas. Todos perdemos de forma natural la capa superior de nuestra piel a medida que las células viejas mueren y son remplazadas por otras nuevas. Un cepillo de ducha ayuda a eliminar esas células viejas. Si utiliza una crema o loción hidratante, cerciórese de que sea natural y con un pH equilibrado. Lo mismo vale para su maquillaje. No use champús o aclarados que dejen residuos en su pelo. Asegúrese también de que son naturales y no tóxicos.
Procure cepillarse los dientes dos veces al día y pasarse el hilo dental una vez diaria. Utilice un dentífrico natural, o una mezcla de una parte de sal por ocho partes de bicarbonato sódico.
Cambie de cepillo de dientes cada dos semanas, o esterilice el que tiene. En el mercado existen también instrumentos de limpieza bucal que eliminan la placa dental. Averigüe cuál es el que le recomienda su dentista y consígalo. A mí me dan un resultado excelente.
Si está demasiado enfermo para hacer estas cosas por sí mismo, o si no ha utilizado nunca productos naturales, busque a alguien que le ayude.

El acicalamiento de su campo energético

Su campo energético requiere tantos cuidados como su cuerpo físico. Como sabe, la energía oscura y estancada se acumula en el campo aural cuando no funciona correctamente. Esto ocurre cuando usted se aferra a sentimientos negativos, cuando ha estado sometido a un fuerte estrés, cuando está agotado y sin fuerzas, y a veces cuando ha estado expuesto a las intensas energías negativas de otras personas. Unas masas oscuras parecidas a nubarrones se acumulan en el segundo nivel del campo, y unas mucosidades densas y pegajosas se acumulan en el cuarto nivel. Usted sabrá que ha acumulado nubes oscuras o mucosidades espesas en su campo porque puede sentirlo de distintas maneras. Tal vez sienta dolor en la zona donde se han concentrado, como un dolor muscular de bajo nivel o un dolor de cabeza. Quizá se sienta torpe, cansado, irritable o mareado. Puede que note incluso que pesa más de lo normal, o que está intoxicado o contaminado. Tal vez se sienta como si hubiera contraído un resfriado o la gripe. Todas estas cosas son señales de que debe limpiar su campo lo antes posible para no caer enfermo. Veamos seguidamente varios modos de expulsar las nubes oscuras o las mucosidades de su cuerpo.

Baños

Una de las mejores formas que conozco para limpiar el campo consiste en tomar un baño de sal marina y bicarbonato sódico. Puede utilizar un máximo de medio kilo de cada sustancia en una bañera llena de agua. Se trata de una solución drástica, por lo que tiende a agotar su energía. Pero si ha captado mucha energía negativa o ha acumulado mucha energía de baja frecuencia a partir de una enfermedad, es una buena idea probar este método. Asegúrese de que el agua no está demasiado caliente. No será capaz de soportar el agua tan caliente como suele hacerlo sin este añadido de sal y bicarbonato sódico. Si tiene problemas de baja presión sanguínea, lleve mucho cuidado, puesto que en ciertos casos algunas personas se han desvanecido durante el baño, y usted no querrá exponerse a ese riesgo. Si se marea, salga de la bañera y pruebe con agua algo más fría. Permanezca unos veinte minutos en la bañera. Luego tiéndase directamente a la luz del sol de diez a veinte minutos para recargar su campo. Utilice una protección solar. Se sorprenderá de lo limpio y despejado que se siente después de un baño así.

El mercado actual ofrece otras clases de baño indicadas para limpiar el campo. Consulte en su establecimiento local de alimentación sana para ver los baños que ofrece, y experimente con ellos. Hay baños estimulantes, para ayudarle a dormir y para contribuir a eliminar el ácido láctico de los músculos doloridos tras el ejercicio físico.

Resulta siempre agradable acompañar el baño con música y luz de velas. Si lo hace, puede acceder a un estado profundo de curación y realizar algunas visualizaciones mientras se baña.

Vahos

También puede limpiar su campo con vahos. Utilice palitos de salvia, cálamo aromático, cedro o cualquier combinación de estos productos, que puede adquirir en su establecimiento local de alimentos sanos. Deje que el humo del palito se propague por todo su campo aural. Eliminará la DOR de su campo. Procure hacerlo al aire libre, o con una puerta o ventana abierta. También algunos inciensos despejan el campo. Experimente con sus sustancias favoritas.

Cristales

Sostenga un cristal de cuarzo limpio y puro en su mano, localice la energía de baja frecuencia en su campo y diríjala hacia el cristal. Hágalo con intención. Esto sólo funcionará si es usted capaz de mantener su mente completamente despejada de todo lo demás mientras lo hace. En el preciso instante en que su mente y su intención se desvíen hacia cualquier otra cosa, la limpieza se interrumpe y la energía negativa regresa a su campo. Si es usted un meditador experimentado y puede encontrar la energía de baja vibración en su campo, debería poder hacerlo. Limpie el cristal cuando haya terminado.

Existen varias formas de limpiar cristales. La más sencilla consiste simplemente en dejarlos fuera, a la luz del sol, durante un día. Si vive cerca del mar, puede enterrarlos en la arena, bajo el agua salada, durante una tarde o un día. Tenga cuidado: podría perderlos. También puede sumergirlos durante quince días en una solución de un cuarto de cucharadita de sal marina por medio litro de agua de manantial. Yo he descubierto que todos estos métodos dan buen resultado. He oído que algunas personas los dejan en sal marina seca durante un día. En cierta ocasión vi a Marcel Vogel limpiarlos con un chorro de energía de su tercer ojo y un golpe con su mano rebosante de energía. Esto, sin embargo, requiere práctica.

Cepillo aural

Otra forma adecuada de acicalar su campo aural es utilizar el simple cepillo aural. Es como cepillarse el pelo, pero ahora se cepillará el aura. Hágalo con un compañero. Una persona permanece de pie con las piernas separadas, los brazos a los lados y los ojos cerrados. La otra empieza por la parte delantera del cuerpo. Con

los dedos extendidos, estírese por encima de la cabeza de su compañero lo máximo que pueda. Imagínese que sus dedos crecen quince centímetros más de su longitud. Ahora empiece a usar los dedos alargados de ambas manos como si fueran un cepillo. Efectúe movimientos largos y continuos desde encima de la cabeza bajando por todo el cuerpo hasta el suelo. Cuando llegue al suelo, recorra la parte inferior del campo. Fíjese en que
sus dedos imaginariamente alargados se extienden, de hecho, a través del cuerpo físico. Efectúe un movimiento largo bajando por el cuerpo sin detenerse. No interrumpa el movimiento. Si lo hace, vuelva a empezar desde lo alto de la cabeza para evitar que la energía se acumule. Ahora dé un paso alrededor del cuerpo, y repita el proceso para cepillar justo al lado del último movimiento. Siga rodeando el cuerpo, cepillándolo por completo hasta que llegue al mismo sitio donde empezó. Asegúrese de no dejar ninguna zona por hacer. Ahora le toca a usted someterse al cepillo aural. Esto produce un maravilloso efecto calmante y de arraigo. Disfrútelo.

Ropa y joyas

¿Ha mirado alguna vez en su armario y no ha encontrado nada que ponerse, aun cuando estaba repleto de ropa? Quizá necesitaba algún color que no estaba allí. Su campo energético responde a los colores con que se viste. Por lo general, usted desea ponerse el color del que carece o aquel con el que armoniza ese día. Por ejemplo, si precisa más energía física, tal vez necesite el rojo. No obstante, la ira hace que el campo energético adopte un rojo oscuro. Si se siente irritado y no quiere enojarse en el trabajo, más vale que no se vista de rojo. Podría contribuir a cargar su ira. Por otro lado, el rojo contribuirá a proteger su campo rechazando la energía negativa. El color que visten usted o los que le rodean afecta su estado de ánimo. En general, los colores enumerados en la figura 92 (véase la página 129) son también efectivos en el vestuario.

Si usted está enfermo y la gama de colores de sus pijamas es limitada, podría pedir a alguien que le trajera algunas de las cosas favoritas que guarda en su armario para verlas y absorber su color. Podría tratar de conseguir pijamas de distintos colores. O escoger el color que necesita según el cuadro, y pedir a un amigo que compre un metro de tela de algodón de ese color. Póngasela sobre la cama. Las bombillas de colores o un gran foco de luz verde ayudan mucho. Las flores son muy útiles también para aportar color y alegrar su entorno.

Una sanadora amiga mía me dijo que una paciente de esclerosis múltiple mejoró en cuanto empezó a ponerse calcetines rojos para vigorizar sus piernas. La clienta estaba convencida de que los calcetines rojos tenían mucho que ver con su recuperación.

Use fibras naturales. Tienen un efecto muy positivo sobre el campo energético, mejorándolo y sosteniéndolo. El algodón, la seda y la lana son las mejores. Los tejidos que son mezclas también sirven. Cerciórese de que hay un mayor porcentaje de fibra natural que de fibra sintética. Más vale evitar los tejidos hechos a partir de derivados del petróleo, sobre todo si cree que puede ser sensible a ellos. Son las prendas acrílicas, de poliéster y de nilón. Esos tejidos sintéticos interfieren en el flujo de energía natural del campo energético humano. Las medias de nilón interfieren considerablemente en el flujo de energía que sube y baja por las piernas y tienen que ver, en mi opinión, con muchas afecciones de la mujer moderna. Le recomiendo que las lleve sólo cuando tenga verdadera necesidad. Use medias de seda siempre que pueda.

Si lleva joyas o cristales, asegúrese de que se ajustan a la gama de vibraciones saludables de su campo. Para comprobarlo, sujételos firmemente en la palma de la mano y sienta el efecto que ejercen sobre su mano. La energía que emiten ¿es densa o ligera? ¿Brusca o lenta? ¿Penetra en su campo, o se amolda suavemente al límite exterior de su campo? ¿Le excita o le tranquiliza? ¿Le carga con los tipos de energías que necesita, o le absorbe energía porque sus vibraciones son demasiado lentas para usted? Averigüe dónde resultan más confortables verificando su energía mientras los coloca en distintas zonas de su cuerpo. ¿Se siente cómodo con ellos? Tal vez necesite un color concreto en su campo aural. Pregúntese con qué propósito utiliza ese cristal. ¿Cumple con su función? Pregunte a su guía qué debe hacer con ese cristal. Repita el procedimiento con todos sus cristales y todas sus joyas.

Existe la posibilidad de enfermar por llevar objetos que pertenecieron a otras personas cuyas energías no son compatibles con las de usted. Para impedir que suceda esto, si le regalan o hereda una joya antigua, sumérjala en agua salada durante una semana. Utilice cuatro cucharadas de sal marina por un cuarto de agua de manantial. Si es posible, deje la solución con el objeto dentro expuestos al sol.

La energía vital en los alimentos que ingiere

Toda la comida que usted ingiere está llena de energía vital. Alimentos diversos contienen combinaciones energéticas distintas. Esto implica que cuando usted consume alimentos, absorbe la energía presente en la comida. Si esta energía es la que su campo aural necesita, ayudará a su cuerpo y a su salud. Si la energía que contienen los alimentos que toma no es la que su campo necesita, interferirá en su salud.

Necesitamos muchas investigaciones adicionales para aclarar cómo nos afecta la energía vital de nuestra alimentación. Los dos investigadores principales que sé que han estudiado la energía vital que

contiene nuestra comida son el célebre Michio Kushi, que desarrolló la macrobiótica, y la doctora Hazel Parcelles, una médico naturópata de Albuquerque, Nuevo México, quien estudió la energía vital en alimentos desarrollados orgánicamente comparada con la energía vital en alimentos tratados con pesticidas.

La macrobiótica divide fundamentalmente los alimentos en dos grupos básicos atendiendo a su energía: los que contienen el yin, o energía femenina, y los que contienen el yang, o energía masculina. Todos los alimentos pueden situarse sobre una línea que describe un grado de yin o yang, con los alimentos neutros en el centro. Según la macrobiótica, necesitamos una determinada combinación de tipos de alimentos basados en la energía que transmiten. Esta combinación depende de quienes somos, la época del año y el lugar donde vivimos. La macrobiótica es ahora muy popular en las sociedades occidentales. Yo he visto a muchas personas que se han beneficiado de ella. A otras personas no les ha ido tan bien, porque su cuerpo no ha sabido adaptarse a ella. Fue un cambio drástico en la dieta que habían seguido durante toda su vida, o simplemente no era lo que su organismo necesitaba en ese momento.

La doctora Hazel Parcelles es una experta sanadora que cuenta 103 años de edad en el momento de escribir estas líneas y todavía practica su arte. Fue pionera en la medición de las energías vitales en los alimentos para determinar si contenían índices energéticos «de soporte o mejora de la vida». (Los índices energéticos equivalen a la frecuencia de vibraciones.) Diseñó un método para medir los índices de energía vital en los alimentos con un péndulo. Si un determinado alimento se mide por debajo del índice de soporte o mejora de la vida, la doctora Parcelles recomienda que no se tome. En caso de consumirlo, simplemente absorbe energía del organismo.

Según Parcelles, hay dos factores principales que reducen los índices de energía vital en la comida. El primero es la contaminación provocada por agentes como los pesticidas y la lluvia ácida. Para que un alimento sea saludable, debe mantener una vibración aural que sea al menos tan alta como el índice de vibración del campo energético humano. Los alimentos frescos y producidos de un modo natural contienen siempre una energía más elevada que los alimentos contaminados por pesticidas. La comida orgánica contiene los índices vibratorios de energía vital que precisamos para la salud. La comida orgánica es saludable no sólo porque mantiene el modelo energético normal de los productos, sino también porque mantiene una intensidad y un índice de vibración lo bastante alto para sostener la vida. Asimismo, contiene más nutrientes naturales, como vitaminas y minerales.

Los doctores Patrick y Gael Crystal Flanagan, de Flagstaff, Arizona, han pasado muchos años observando el efecto de los nutrientes en la sangre mediante un potente microscopio de campo oscuro. Han descubierto que las frutas y verduras orgánicas crudas, así como sus jugos, afectan rápidamente la sangre de un modo positivo. Las frutas y verduras crudas suministran oligoelementos y enzimas vivas que son potentes catalizadores de la sangre. El líquido que contienen las células de las frutas y verduras orgánicas poseen un elevado potencial zeta o carga eléctrica negativa. El potencial zeta es la fuerza que mantiene la distinción de los miles de millones de células en circulación que nutren el organismo humano. Nuestras células sanguíneas se mantienen en circulación gracias a él. Si el potencial zeta es bajo, las toxinas no pueden suspenderse para su eliminación, los nutrientes no pueden suspenderse para su transporte a las células, y todo el sistema se atasca.

Los Flanagan han constatado que los venenos y contaminantes tienden a destruir el potencial zeta en los alimentos que ingerimos, haciéndolos muy difíciles de utilizar para satisfacer las necesidades nutritivas del cuerpo. Las grasas saturadas y animales que se encuentran en la leche y sus derivados, en las patatas fritas, en los alimentos transformados y en la carne tienden a provocar que la sangre se vuelva espesa y pegajosa. Esto dificulta la movilidad y capacidad de la sangre para transportar nutrientes a las células. También impide al cuerpo la eliminación de toxinas.

Determinados iones con carga positiva, como el ion del aluminio, son extremadamente destructivos para el equilibrio del sistema biológico coloidal. Es por ello que no deberíamos utilizar recipientes y sartenes de aluminio para cocinar. Conviene evitar prudentemente los productos que contienen aluminio, como los antiácidos, la levadura en polvo y los desodorantes.

Los pesticidas reducen el índice vibratorio de los productos por debajo del cual se sostiene la vida, desfiguran el modelo de campo energético de los productos y alteran por tanto su naturaleza. Cuantos más pesticidas contengan los alimentos, más se distorsiona y debilita su campo energético. La doctora Parcelles conoce métodos para eliminar los efectos energéticos negativos de los venenos que llevan alimentos completos como las verduras, frutas y huevos. La fórmula puede parecer absurda de tan simple como es, pero restablece la configuración original y la intensidad del campo de energía vital de los productos. Da resultado con las verduras, frutas, cereales enteros y huevos crudos. Pero no funciona con aquellos alimentos que no conserven su campo energético intacto, como la carne, las aves, los alimentos transformados, cereales molidos o productos lácteos.

Llene su fregadero con agua fría. Añádale el contenido de un tapón de lejía. Ha de ser lejía pura, sin ningún aditivo (que no sea nuevo y mejorado con fragancias especiales ni nada por el estilo). Deje todos los productos vegetales y huevos que ha comprado en el colmado en remojo durante veinte minutos. Al cabo de ese tiempo, aclárelo todo con agua fría, y ya puede guardarlo en el frigorífico como de costumbre.

La doctora Parcelles afirma que la segunda forma principal en que la comida pierde su energía es al estropearse. Cuando los alimentos se estropean, pierden su índice de frecuencia y vibran a una frecuencia

más baja que la de la vida. Si usted ingiere esos alimentos, simplemente reducirán el índice de vibración de su campo. Este tendrá que compensar la frecuencia rebajada extrayendo energía de otra fuente, como los órganos digestivos, o la rechazará como energía de desecho. Es mejor no tomarlos. Asegúrese de que la comida que toma sea fresca. Los alimentos recocidos también pierden la energía vital que contienen. Así pues, vale más comer verduras ligeramente hervidas que bien cocidas.

Hay otros factores que afectan a la energía de los alimentos. Por ejemplo, cuando se sacrifican animales aterrorizados, su aura adopta la configuración energética del terror. El aura del terror, que es de un blanco grisáceo con puntas abruptas, pasa entonces a las personas que consumen esos alimentos. Éstas deben eliminar la energía del terror de su campo. Desde mi punto de vista, ésta es una de las razones por las que los rabinos celebran una ceremonia antes de sacrificar animales para obtener carne permitida por la religión judía.

Para mantener la energía de la carne limpia y sincronizada con las energías terrestres, los nativos americanos tomaban sólo la carne que necesitaban consumir. Lo hacían con respeto y gratitud. En sus ceremonias, pedían permiso para recibir la nutrición de los animales que se disponían a cazar y matar. Al hacerlo, mantenían holográficamente la conexión del cuarto nivel con los animales, a los que consideraban como habitantes iguales de la Tierra. En la ceremonia, se reconoce que un día la persona será consumida también para alimentar otras formas de vida y perpetuar así el gran ciclo de la vida que consume vida para conservarse viva. Éste era un modo de permanecer dentro del modelo divino de la voluntad de Dios.

Las vitaminas y los minerales sintéticos no tienen el campo energético normal de las vitaminas y minerales naturales que su campo de energía requiere. En consecuencia, la ingestión de vitaminas y minerales sintéticos no satisfará necesariamente las necesidades de su campo energético.

Los medicamentos no se elaboran teniendo en cuenta el campo energético. Muchos de ellos provocan efectos negativos intensos en el campo, como la disminución o alteración de los niveles vibratorios normales que son necesarios para preservar la salud. Los remedios homeopáticos, en cambio, son medicinas energéticas que inciden directamente a través del campo hasta el cuerpo fisico. Cuanto mayor sea su potencia, más elevado será el nivel aural que afectarán.

Sus hábitos alimentarios y su aura

Procure comer cuando sienta hambre. Cuando un campo no recibe todos los tipos de energía que necesita o cuando no dispone de alimento, el campo energético se agota en gran medida. Cuanto más persista el hambre, más se debilita el campo. Éste estará agotado

en las zonas en las que tenga una deficiencia de energías particulares y en las que ya esté debilitado. Uno de los mayores problemas a la hora de curar los trastornos de espalda consiste en prevenir las lesiones. Las reincidencias siempre ocurren cuando el paciente tiene hambre. Yo pedía a los clientes que padecían problemas de espalda que llevasen al trabajo bolsitas de nueces y pasas. Cada vez que hicieran tarde a una comida, podían comer algo para mantener elevado su nivel de azúcar en la sangre. La proporción de azúcar en la sangre afectaba aparentemente a la fuerza de sus músculos así como a su percepción física de qué era correcto y qué no era correcto hacer.

Comer en exceso, por otro lado, puede provocar que las vibraciones de un campo disminuyan, y la persona accede a una depresión. El aura del exceso de comida tiene un aspecto oscuro y viscoso. Está llena de toxinas.

Cuando usted no bebe cuando debe, su campo energético empieza a contraerse. Al cabo de mucho tiempo de pasar sed, comienza a estar quebradizo. Si su sed persiste y se produce la deshidratación, su campo aural empezará a astillarse.

Preste atención a su comida cuando coma, y dele un aspecto atractivo. Concédase suficiente tiempo para comer. Mastique bien los alimentos. Es muy importante que no mantenga una entrevista tensa mientras come. El estrés afecta inmediatamente al tercer chakra cerrándolo o tensándolo. El tercer chakra aporta las energías vitales a sus órganos digestivos. No olvide que los alimentos nutrirán sus células y pasarán a formar parte de usted en cuanto estén dentro de su cuerpo.

Antes de empezar a comer, haga un poco de meditación con las manos extendidas sobre los alimentos para transmitirles energía y sincronizarse con ellos. Visualícelos alimentando su cuerpo. Deles las gracias por ello. Luego, cuando coma, siga los alimentos en todo su recorrido por el aparato digestivo hasta llegar a las células. Esto le ayudará a apreciar la comida.

Directrices generales para la ingestión de comida sana

Todos necesitamos una dieta que sea especialmente adecuada para cada uno de nosotros. Esta dieta variará según las estaciones y con el tiempo. Si usted padece trastornos digestivos, como gases intestinales, hágase un chequeo para determinar a qué es alérgico o qué órganos digestivos no funcionan correctamente. El agotamiento, los mareos, la incapacidad de pensar con claridad e incluso una alineación deficiente de la columna vertebral pueden estar relacionados con las alergias a alimentos. La hinchazón después de las comidas es muy común en personas de mediana edad, y a menudo tiene que ver con la incapacidad del cuerpo para digerir hidratos de carbono y polisacáridos. Muchas afecciones como la

enfermedad de Crohn, la colitis ulcerante, la diverticulitis, la enfermedad celíaca, la fibrosis cística y la diarrea crónica se han curado o aliviado mediante una dieta baja en hidratos de carbono o de hidratos de carbono específicos.

Si goza de buena salud, probablemente la dieta que sigue es adecuada para usted. Yo vacilo a la hora de recomendar una dieta específica, porque las necesidades de cada individuo son muy personales. No obstante, le ofrezco a continuación algunas orientaciones generales para comer de forma saludable.

Consuma sólo alimentos de cultivo biológico

Su campo energético será más fuerte, y poseerá un índice de vibración lo bastante alto como para sostener y mejorar su vida. Si no puede conseguir alimentos de cultivo biológico, utilice los métodos de limpieza de la doctora Parcelles para restaurar los modelos energéticos originales. Escoja alimentos no transformados. Si compra comida envasada, lea las etiquetas para comprobar qué le han añadido en el proceso de transformación. Beba sólo agua de manantial, en botella de vidrio, o consígase un buen sistema de filtración de agua.

Qué comer

Su dieta debería consistir mayoritariamente en cereales enteros, ensaladas y verduras de cultivo biológico y frescas de temporada. Esto implica más verduras con raíces en invierno para sincronizarse con las energías terrenales del invierno. También puede consumir pescado fresco, carne magra de procedencia biológica, como la de la pechuga de pavo o de pollo, y algunas otras clases de carne como la de cordero, según las necesidades de su cuerpo. Procure aderezar sus ensaladas con aceites poliinsaturados prensados en frío. Algunos estudios han demostrado que determinados aceites, como el aceite de hígado de bacalao y el de linaza, reducen el nivel de colesterol en la sangre. Además, son ricos en vitamina A. Podría incorporarlos a su dieta.

Hierva o ase los alimentos siempre que sea posible. O consúmalos crudos.

Opte por los cereales enteros preferiblemente al pan y la pasta. Los cereales enteros conservan la energía vital mucho más tiempo que la harina. Una buena idea es mezclar cereales, maíz y alubias para completar una dieta rica en proteínas. Las alubias secas deben cocerse a fuego lento durante un buen rato para que sean más fáciles de digerir. Mucha gente tiene dificultades para digerir la soja. Si acumula gases después de comer alubias, significa que no ha digerido la comida por completo. Elimínelas de su dieta hasta que se sienta más fuerte. Pruebe el tofu. Está ya parcialmente digerido para su consumo.

Compre sólo nueces frescas y guárdelas en el frigorífico. Cuando se vuelven rancias, resultan muy dificiles de digerir y es mejor no comerlas. Recuerde que las nueces son ricas en grasas, por lo que debe asegurarse de que le convienen. No las consuma en exceso.

Qué no comer

Elimine todos los alimentos que contengan conservantes u otros aditivos químicos, puesto que su índice vibratorio no soporta la vida. Mantenga su dieta baja en alimentos que tengan grasas, colesterol, azúcar, sal y derivados lácteos; baja en alimentos ácidos como los tomates; y baja en alimentos que contengan estimulantes, como el café y el chocolate. Los productos lácteos y a veces el trigo tienden a producir mucosidades en el organismo. Le sugiero que limite su ingestión de lácteos a una proporción muy baja o nula. En el mercado actual existen muchos productos lácteos sin grasa y con un nivel reducido de lactosa. Quizá quiera probarlos. Muchas personas tienen reacciones negativas a la belladona, como en el caso de las berenjenas y los pimientos verdes.

No coma pescados de aguas poco profundas, como lenguado o platija, o las clases de peces sometidos a la contaminación. Cada año, diversos pescados en distintas zonas de los mares del planeta resultan contaminados de diversas maneras. Para estar informado de los alimentos suficientemente limpios para el consumo humano, consulte en su establecimiento local de alimentación sana.

Lea las etiquetas

En cualquier alimento envasado podrá averiguar qué es lo que compra. Hágalo sobre todo en los establecimientos de comida natural con los artículos donde dice que son alimentos ricos en proteínas. En realidad, la mayoría de ellos no lo son. Constituyen una forma de negar la ingestión de dulces. La mayoría de esos productos no son más que «comida basura» de la Nueva Era.

Controle su distribución de ingestión de calorías

Adquiera uno de los muchos libritos disponibles en el mercado que revelan la cantidad de calorías y colesterol y los distintos tipos de grasas que contienen los diversos alimentos. Utilícelo como guía para seleccionar los alimentos que va a consumir. Existen también algunos buenos libros que describen dietas que equilibran los

índices específicos de proteínas, frutas, verduras, hidratos de carbono, grasas y colesterol. Si la etiqueta no dice lo que precisa saber, resultará más prudente no comprar ese producto. Muchas etiquetas resultan muy ambiguas con el mero objetivo de vender.

Combinaciones de alimentos

A su cuerpo le resulta más fácil digerir determinadas combinaciones de alimentos. La comida dificil de digerir persistirá en el organismo y verterá toxinas en su cuerpo. Las mucosidades en el tracto digestivo están formadas por largos hilos de proteínas sin digerir. Si sigue algunas directrices simples para mezclar alimentos de forma compatible con el proceso digestivo, su cuerpo digerirá la comida más fácilmente. Los cereales y las verduras se combinan muy bien. En general, podemos decir que las féculas y las verduras casan bien. Lo mismo que las proteínas y las verduras, como la carne con verduras o nueces con verduras. El aceite y las verduras con hojas o el aceite con frutas ácidas o subácidas se digieren bien juntos. Pero el aceite con frutas dulces como los plátanos o dátiles no son una combinación recomendable. Recuerde que el aceite retarda la digestión. Algunas combinaciones que resultan dificiles de digerir son las proteínas con féculas (carne con patatas), aceite con. féculas o frutas con féculas. Coma melón solo, y espere un par de horas antes de ingerir otra cosa. Cualquier fruta constituye una comida excelente. Es mejor tomar fruta sola, al igual que los zumos de frutas. Si toma zumo por la mañana, hágalo nada más levantarse. Espere de media hora a una hora antes de desayunar.

Beber las aguas de la vida

El agua es muy importante para nuestra salud. El agua es el vehículo que lleva todos los nutrientes a las células, incluido el oxígeno. Ni siquiera podemos respirar sin agua. El cerebro humano se compone de más del 90% de agua, y el cuerpo es agua en un 70 % como mínimo. Incluso los huesos contienen agua en un 60%. Comoquiera que nuestro cuerpo está mayoritariamente constituido por agua, el tipo de agua que bebemos tiene una gran influencia en nuestro bienestar. Existen varios lugares en la Tierra que poseen un «agua especial» y donde sus habitantes viven durante cien años o más. Los Flanagan han descubierto que esta agua especial está llena de grupos de minerales coloidales naturales que están suspendidos merced a una carga eléctrica o potencial zeta. Esto altera la tensión superficial del agua y la convierte en un agente disolvente y remojante más eficaz. Es el carácter disolvente del agua lo que le permite desempeñar sus funciones en los organismos vivos. Determinados minerales de este agua especial alteran tanto la estructura del agua, que ésta recuerda mucho a la que se encuentra en las células de las frutas y verduras vivas.

Las sales de aluminio se utilizan para precipitar o coagular los coloides orgánicos de muchos sistemas municipales de suministro de agua. A veces se encuentran iones de aluminio libres en el agua corriente de las ciudades. Esos iones de aluminio neutralizan el potencial zeta del agua y la hacen muy insalubre para beber, puesto que reduciría la capacidad de nuestra sangre para transportar nutrientes a las células y llevarse las toxinas de éstas. Así pues, es importante consumir agua fresca de manantial, o agua que haya sido destilada o haya pasado por un sistema inverso de ósmosis.

Vitaminas y minerales

Tome sólo vitaminas y minerales naturales. Aportan energía terrestre natural. Mucha gente experimenta fuertes reacciones negativas a algunas de las vitaminas que ingieren porque son sensibles a los aglutinantes con los que se elaboran. Si usted sigue una dieta equilibrada, tal vez no las necesite. Fíjese en los cambios de tensión en su cuerpo mientras realiza su programa normal de actividades. Hay veces en que las necesita, y otras no. Si consume alimentos que se han desarrollado en un suelo pobre, quizá necesite vitaminas para compensar las deficiencias de su comida. Si trabaja en el campo del cuidado de la salud y tiene mucho contacto personal con gente enferma, deberá complementar su dieta con vitaminas y minerales. Procure tomar un buen producto natural multimineral/multivitamínico, y adminístrese dosis suplementarias de calcio, potasio, magnesio y vitamina C. Tome calcio líquido, para que se digiera en el estómago y no en los intestinos inferiores. No consuma nunca vitamina C sin acompañarla de vitaminas A y E. Las dosis dependen de su cuerpo. Las algas que ofrece el mercado actual son una magnífica fuente de minerales y vitaminas.

Los Flanagan han constatado que todos los alimentos vegetarianos naturales crudos contienen más del doble de magnesio que de calcio. Además, contienen al menos cinco veces más potasio que sodio. El equilibrio sodio/potasio controla la movilidad de la sangre mediante un equilibrio de carga eléctrica, mientras que el equilibrio magnesio/calcio afecta a la producción de hormonas que controlan la movilidad de esos iones entrando y saliendo de los huesos y de los tejidos blandos. Esas hormonas pueden afectar directamente el equilibrio sanguíneo. Los Flanagan sostienen que el exceso de magnesio ayuda a eliminar el calcio de los tejidos blandos para enviarlo a los huesos, que es donde debe estar. Cuando el calcio supera al magnesio en exceso, se liberan unas hormonas que extraen el calcio de los huesos y lo llevan a los tejidos blandos, donde el exceso de iones de calcio destruye las células. Yo he observado este fenómeno durante años en el cuerpo de mis clientes. Me complació tanto comprobar que se verificaba científicamente, que he querido mencionarlo.

Es importante absorber nutrientes durante un cierto tiempo para que sean efectivos. Por tanto, no ingiera todas sus vitaminas a la vez; espácielas, para que sus niveles sanguíneos se mantengan saludables durante todo el día.

Cómo crear su dieta especial

Si padece una enfermedad grave, una parte importante de su plan curativo debe incluir la planificación de su dieta. El tipo de dieta más adecuado para usted depende de su problema y de las modalidades de tratamiento que haya escogido. Algunos médicos y sanadores no han *recibido* una formación intensiva en curación dietética. Si su médico o sanador forma parte de ellos, busque a alguien especializado en dietética para que colabore con su equipo curativo. Cerciórese de que sabe algo sobre la energía de la comida y el equilibrio alimentario, así como su nutrición física. Trabaje abiertamente con su médico, su sanador y los demás profesionales del cuidado de la salud que se ocupan de usted. Algunos de esos profesionales pueden modificar su dieta semana a semana o mes a mes, según sus progresos. Los alimentos que consuma no sólo deben nutrirle de formas específicas en función de su afección, sino que han de ser fácilmente digeribles por su organismo. Probablemente será importante regular su ingestión de proteínas, grasas e hidratos de carbono, así como de sal, dulces y estimulantes. Quizá deba cocinarlo todo para favorecer la digestión. Recuerde que, sea cual fuere la dieta, debería poder encontrar maneras de incorporar sus alimentos predilectos.

La macrobiótica es muy popular en nuestros días. Como ya he dicho antes, me ha parecido muy útil para muchas de las personas que la siguen. A otras, en cambio, no les favoreció. Algunos principios básicos del equilibrio alimentario de la macrobiótica son muy importantes. Yo he visto dietas macrobióticas que limpiaban muy bien el campo energético. Si usted se somete a algún tipo de tratamiento con radiaciones, considere la posibilidad de recurrir a la macrobiótica. Según Michio y Aveline Kushi, la macrobiótica es muy eficaz para curar las enfermedades radiactivas. En su libro *Macrobiotic Diet,* Michio Kushi escribe:

En la época del bombardeo atómico de Nagasaki en 1945, Tatsuichiro Akizuki, doctor en medicina, era director del Departamento de Medicina Interna del Hospital de San Francisco de Nagasaki. La mayoría de los pacientes internados en el hospital, situado a kilómetro y medio del centro de la explosión, sobrevivieron a los primeros efectos de la bomba, pero poco después presentaron síntomas de enfermedades inducidas por la radiactividad liberada. El doctor Akizuki sometió a los miembros de su personal y a los pacientes a una estricta dieta macrobiótica de arroz integral, sopa de salsa de soja, miso y tamari, wakame y otros vegetales marinos, calabaza de Hokkaido y sal marina, y prohibió el consumo de azúcar y dulces. Como consecuencia de ello, salvó a todos los que residían en su hospital, mientras que muchos otros supervivientes en la ciudad perecieron a causa de los efectos radiactivos.

Otras dietas curativas, como la dieta Pritikin y las dietas de la doctora Ann Wigmore, han ayudado a personas enfermas. He visto a numerosos pacientes muy aliviados merced a una dieta rica en proteínas diseñada por bioquímicos. La dieta Fit for Life (Apta para la Vida), que incluye mucha fruta por la mañana, ayuda a mucha gente a perder peso, a sentirse más ligera y sana, y a poseer más energía. En cambio, otras personas aquejadas de *candidiasis* (infecciones de hongos), empeoraron debido al alto contenido de fructosa en esa dieta. En la bibliografía encontrará libros donde se describen todas estas dietas. Siéntase libre de experimentar con ellas, pero preste atención a los resultados que obtiene de las mismas.

Algunos profesionales del cuidado de la salud recomiendan ayunos especiales, dietas de limpieza o purgas especiales, como enemas, o lavados de hígado para depurar el organismo. Son efectivas cuando se utilizan con prudencia y consideración por su cuerpo y sus tolerancias. Si quiere ayunar, asesórese sobre el tipo de ayuno que más le conviene. No lo haga sin informarse antes, porque podría perjudicarse.

Si bien los enemas facilitan una limpieza rápida de las toxinas del cuerpo, eliminan también los líquidos digestivos naturales, que deberá remplazar. Si los elimina en exceso, podría debilitarse. No se administre lavativas por su cuenta y riesgo. Si quiere utilizarlas, búsquese a un profesional del cuidado de la salud para que se ocupe de su programa general. Es mejor que la parte de la lavativa que se introduce en su cuerpo no haya sido utilizada previamente. O bien adquiera esa parte para su uso personal exclusivo. Yo he visto a algunos pacientes muy aliviados por el uso de lavativas, y a otros debilitados por el abuso de ellas. Si es usted alérgico al café, no se administre enemas de café. Utilice ' agua pura. El café podría provocar convulsiones en su cuerpo. En cambio, si no es alérgico al café, este tipo de enema puede limpiarle a conciencia y resultarle muy beneficioso.

En cuanto haya reunido la información sobre los alimentos más aptos para usted, podrá recurrir a las «Directrices generales para la ingestión de comida sana», descritas en la p. 137, para escoger los alimentos que pueden integrar esa dieta.

Ejercicios energéticos para todos sus cuerpos

Los estudios demuestran que, si usted hace ejercicio, no sólo reduce el ritmo de envejecimiento, sino que puede invertirlo. Nunca es tarde para empezar. Hace poco, la revista *Time* publicó la foto de una abuela de ochenta años que había tomado clases de karate y se había convertido en cinturón negro en un par de años.

La American Heart Association recomienda un mínimo de veinte minutos de ejercicios aeróbicos al menos tres veces por semana. Puede ampliarlos a cinco veces por semana, si lo desea. Se entiende por *aeróbica* cualquier actividad que ejercita los grupos de músculos grandes para mantener continuamente un ritmo cardíaco elevado del orden de un 60 a 65 % del ritmo cardíaco máximo durante quince minutos o más. Su ritmo cardíaco máximo es la capacidad absoluta de su corazón para latir. Naturalmente, no debe realizar ejercicio a ese ritmo, por cuanto forzaría su corazón en exceso, quizá hasta el extremo de la muerte. Usted puede determinar su ritmo cardíaco máximo restando su edad a 220. Esto incluye las sesiones de aeróbic o baile, andar, ir en bicicleta, nadar, remar, saltar a la cuerda y el esquí de fondo. El ejercicio aeróbico mantiene su sistema circulatorio fuerte, y por lo general no desarrolla los músculos ni le ayuda a perder mucho peso. Se empieza a perder peso sólo después de transcurrido el período de veinte minutos. Por tanto, deberá prolongar su sesión más tiempo. Para desarrollar los músculos, tendrá que efectuar otra clase de ejercicios. Consulte en su gimnasio local.

La mejor forma de perder peso consiste en hacer ejercicio y comer bien, tal y como se ha descrito en la sección dedicada a la alimentación. Los estudios han demostrado que es mucho mejor hacer ejercicio y comer que limitar severamente la ingestión de comida para perder peso.

El yoga es muy beneficioso para el cuerpo, así como para todos los niveles del campo aural, cuando se practica con un buen instructor. Ayuda a establecer una sólida conexión cuerpo-mente y aporta grandes cantidades de energía de flujo uniforme a su organismo. Algunas de sus posturas están diseñadas para equilibrar y cargar los meridianos de acupuntura. Deberá complementar las sesiones de yoga con el ejercicio aeróbico para el corazón.

La práctica regular de la natación, el baile y los ejercicios aeróbicos carga notablemente el primer nivel del campo, con la condición de que se preste atención a todas las partes del cuerpo. Las máquinas de ejercicio aumentan la fuerza de los músculos del primer nivel del campo, y hasta cierto punto también la de los órganos, pero no de un modo tan efectivo como los ejercicios de movimientos más rápidos.

Para los niveles primero a tercero de su campo aural, los cuerpos energéticos asociados con el mundo material, el tai chi y el chi gong confieren equilibrio, carga y fuerza al campo en los tres primeros niveles. Si se practican correctamente y según las necesidades individuales, pueden fortalecer todas las partes del cuerpo y aportarles salud. El tai chi y el chi gong son idóneos para incrementar su energía, su conexión cuerpo-mente y su arraigamiento. Considero que estas artes marciales suaves constituyen el mejor tipo de entrenamiento cuerpo-mente que existe, siempre y cuando los instructores hayan recibido una buena formación. El tai chi y el chi gong pueden fortalecer más niveles, según la intensidad del enfoque de la interfase cuerpo-mente. Pueden fortalecer los niveles más elevados si se practican junto con la meditación. Todos estos ejercicios se realizan con técnicas específicas de respiración que cargan y equilibran el campo aural.

Ejercicio: Intercambio de energía

El siguiente ejercicio de intercambio de energía obra maravillas en el cuarto nivel del campo. Estos ejercicios se realizan con un compañero. Ponga una música de su gusto, y sitúese de pie frente a su compañero. Empiece por acercar las palmas de sus manos a las de su compañero, de modo que queden próximas pero sin tocarse. Ahora muévase al son de la música, manteniendo las palmas de las manos sincronizadas. Fíjese en lo fácil que resulta con un poco de práctica. Cuando resulte sencillo, pruébelo cerrando los ojos. Siga moviéndose al son de la música. Quedará sorprendido de lo fácil que es sincronizarse con la energía de otro. En cuanto se haya sincronizado, abra los ojos.

Ahora concentre parte de su atención en sí mismo. ¿Cómo hace esto? ¿Qué hace con su campo energético para que esto sea posible? Busque sentimientos concretos en su campo, para saber cómo recrear ese estado de comunión. Repita este ejercicio con otro compañero. ¿En qué se diferencia? ¿En qué se parece? Practíquelo todo el tiempo que quiera. Pruebe el mismo ejercicio sin música. ¿Le gusta de esta manera? En cuanto se haya familiarizado con el estado de comunión, podrá aplicarlo a otras situaciones. Si alguien le pide ayuda, póngalo en práctica. Si está a punto de dicutir con alguien, pruébelo.

Respiración y ejercicio

Mediante el control respiratorio podemos regular y dirigir el flujo de energía a través de nuestro cuerpo y campo aural. Todo buen ejercicio incluye la regulación de la respiración.

Los sanadores respiran intensa y profundamente para aumentar su energía y poder con vistas a la curación.

En nuestra cultura, son muchas las personas que no respiran profundamente y utilizan sólo la respiración con la parte superior del pecho. Esto mantiene el campo energético más débil de como podría ser. La respiración diafragmática profunda es automática en los niños, pero empezamos a limitar la respiración en cuanto bloqueamos nuestros sentimientos. El hecho de contener o sofocar la respiración es la mejor forma de detener los sentimientos y anestesiarnos. Los pulmones están asociados con la libertad. Si sofocamos la respiración o dejamos que el pecho se desinfle, sentimos tristeza. La respiración superficial característica de nuestra cultura tiene que ver con nuestros sentimientos de estar atrapados en un mundo que no podemos controlar y en el que nos sentimos muy inseguros e insatisfechos.

La respiración completa y profunda con el diafragma nos ayuda a sentir el poder de recuperar nuestra libertad y sirve para liberar el espíritu del miedo que nos invade a todos en esta época nuclear.

Veamos a continuación un sencillo ejercicio respiratorio. Póngase de pie con las rodillas dobladas y las piernas separadas, de modo que las rodillas queden encima de los pies; o bien siéntese derecho en una silla recostando sólo la parte inferior de la espalda. Relájese. Con el índice derecho, mantenga cerrada la fosa nasal izquierda. Inhale profundamente por la fosa derecha. Contenga la respiración y cierre la fosa derecha con el pulgar derecho. Ahora exhale por la fosa izquierda. Luego inhale por la fosa izquierda. Contenga la respiración. Cierre la fosa izquierda con el índice derecho. Libere la fosa derecha y suelte el aire. Repita este proceso respiratorio mientras baja el diafragma para que el abdomen inferior ejerza presión sobre el pecho. Llene todo el pecho de aire. Ahora puede incorporar un mantra sencillo, si lo desea, a cada ciclo de inhalación y exhalación: libertad, poder, salud. Cuando se acostumbre a la sensación de la respiración profunda, podrá realizarla a través de ambas fosas siempre que quiera. Con un poco de suerte, se convertirá en un hábito saludable.

En las artes marciales, la dirección de la fuerza y el poder es siempre la dirección del flujo energético. Un brusco estallido de energía dirigido hacia el adversario va acompañado siempre de una intensa exhalación forzada y de un grito.

Las artes marciales, en las que dos personas interactúan con el campo energético del oponente, cargan y fortalecen el cuarto nivel del campo aural, el nivel de las relaciones. Sin embargo, el mejor ejercicio fisico que se me ocurre para estimular el cuarto nivel de su campo aural es el baile. El baile se realiza siempre en relación con algo; si no es con otra persona, ¡sí con la propia música!

Los niveles quinto, sexto y séptimo del campo son los cuerpos de energía asociados con el mundo espiritual. Estos niveles del campo se cargan, equilibran y fortalecen mediante la práctica de ejercicios especiales como el kundalini yoga y el kriya yoga, que combinan las posturas del yoga con la «respiración de fuego». Conviene aprender estas técnicas con un buen instructor.

La respiración de fuego es un tipo de respiración rápida y jadeante que utiliza el diafragma como si fuera una bomba. Proporciona una carga muy rápida y poderosa al aura. La última respiración se efectúa profundamente y se contiene, y luego se suelta despacio. Al hacer esto en distintas posturas de yoga, el practicante carga primero el campo y luego dirige la energía al lugar preciso donde se requiere.

Todos necesitamos hacer ejercicio, incluso estando enfermos. Una paciente mía que llevaba varios años postrada en cama por culpa de una lesión en la columna vertebral sólo podía recorrer distancias cortas apoyándose en un andador o con ayuda de alguien. Se hartó de eso y contrató a una persona que paseaba perros para que la acompañara. Al principio recorría sólo distancias muy cortas. Ahora da varias vueltas a la manzana. Esto mejoró su salud hasta tal punto que ya no necesita una silla de ruedas.

Sea cual fuere su afección, procure realizar cualquier tipo de ejercicio que pueda hacer. Es muy importante. Si está demasiado enfermo para hacer mucho ejercicio, haga sólo un poco. O. Carl Simonton, doctor en medicina, recomienda en su libro *The Healing Journey* una serie de ejercicios de movimiento en la cama. Yo los aconsejo fervientemente. Elija el tipo de ejercicio que prefiera; si es posible, busque a alguien versado en ejercicios y pídale que diseñe algunos cuantos ex profeso para usted y su dolencia. Hay formas de tai chi y chi gong que han sido diseñadas específicamente con fines curativos. Sirven para abrir todos los meridianos de acupuntura. Si tiene ocasión, llame a un buen instructor de tai chi para que acuda a su casa y trabaje personalmente con usted. Pasear un poco le hará mucho bien. Si hace calor, salga a la luz del sol para tomar un poco de aire fresco. A medida que se recupere, podrá pasear más tiempo. Llegará un momento en que podrá dar enérgicos paseos de media hora a una hora.

Sueño y descanso

Cuando usted está cansado, su campo aural se encoge y se vuelve inerte. Sus colores se desvanecen. Los hermosos y brillantes rayos de luz del sexto nivel irradian en todas direcciones, pierden intensidad y caen. Cuanto más tiempo siga sin descansar, más estropeado se muestra su campo. Cuanto más pronto se conceda un descanso cuando esté cansado, más pronto recupera el aura su integridad, intensidad, brillo y forma normales.

Hay personas que necesitan de nueve a diez horas de descanso; otras necesitan ocho horas; algunas, menos. Generalmente, necesitamos menos reposo a medida que nos hacemos mayores. Hay quien necesita descansar de un tirón, mientras que otros requieren descanso más a menudo en dosis más pequeñas. Algunas personas son trasnochadoras; otras son madrugadoras.

Cuándo y cuánto descanso necesita es una cuestión eminentemente individual. Una buena idea consiste en escuchar qué es lo que quiere el cuerpo y tratar de complacerlo. Durante los quince años que ejercí la curación, luché con este problema. Comprobé que estaba muy cansada entre las 13.30 y las 14.45 horas. Me resultaba muy difícil efectuar sesiones curativas durante ese período. Me di cuenta de que no me beneficiaba en nada, de modo que modifiqué mi horario. Puesto que soy una persona madrugadora, empezaba temprano. Daba cuatro sesiones curativas entre las 8.00 y 13.00 horas. Luego almorzaba de 13.00 a 13.30, dormía de 13.30 a 14.45, y proseguía mi práctica curativa entre las 15.00 y las 17.00 o 18.00 horas. No tardaba más de un par de minutos en quedarme dormida a las 13.30. En cada ocasión, me veía a mí misma accediendo a

una luz blanca. Despertaba a las 14.45 como un reloj, y ya estaba lista para afrontar una nueva jornada. Era como disponer de dos días en uno, y me daba un magnífico resultado.

No existen normas sobre cómo debería descansar, salvo hacerlo cuando esté cansado y según sus ritmos corporales. Experimente con la fórmula que mejor le resulte, y pruébela durante algún tiempo. Quedará sorprendido de ver cuánta más energía posee. No mantenga una rutina de descanso rígida durante un largo espacio de tiempo, porque cambiará. Limítese a seguir el flujo que mantiene su aura brillante y cargada.

Cómo utilizar su tiempo

La utilización de su tiempo sobre una base diaria y semanal es muy importante para su bienestar físico, emocional, mental y espiritual. No olvide que cada nivel de su campo aural corresponde a aspectos específicos de su vida. La única manera de mantener su campo sano y cargado consiste en destinar tiempo y atención a cada aspecto. Probablemente no podrá conceder la misma proporción de tiempo a todos los aspectos de su vida. Pero procure dedicar al menos varias horas por semana a todos ellos. En su programa de distribución de tiempo entre sus actividades se incluyen el tiempo para usted solo, para su pareja, para sus familiares y amigos, para su trabajo y vida social, y para su relajación. Si tiende a destinar más tiempo a uno de estos aspectos en detrimento de los demás, programe las actividades olvidadas en su calendario. Si es un adicto al trabajo, trate de programar los ratos para usted y los ratos con su pareja tan a conciencia como programa su tiempo de trabajo. Concédase un tiempo adecuado para desarrollar cada aspecto de su vida para poder desarrollar todos los aspectos de su campo aural. Repasémoslos de nuevo. Para mantener su cuerpo fisico y el primer nivel del campo en buenas condiciones, dedique tiempo a realizar actividades y ejercicios físicos y coma sano. Para preservar la salud de su segundo nivel, quiérase a sí mismo.

Pase algún tiempo dándose un cuidado afectuoso y haciendo lo que tenga ganas de hacer. Necesita tiempo para usted, al menos una hora al día o un día por semana consagrados a usted y a lo que quiera hacer. Esto significa que ese día se ocupará de sí mismo, no de los demás. Practique sus juegos favoritos o escuche su música predilecta. Esté con su gente preferida o solo, como desee. Haga cosas que no ha tenido tiempo de hacer.

Para mantener su tercer nivel sano, dedique un tiempo a usar la mente. Lea libros, resuelva problemas, cree ideas nuevas. Su cuarto nivel puede preservarse sano manteniendo una buena relación con sus compañeros de trabajo y amistades solidarias. Los tres niveles superiores de su campo pueden conservar su salud siguiendo prácticas espirituales que considere adecuadas para usted, como meditación, oración, trabajo con la voluntad divina y contemplación profunda.

Cuando usted está enfermo, todavía puede mantener actividades en los siete aspectos de su vida. Por supuesto que serán distintos de lo que usted puede considerar como normal. De hecho, es más probable que disponga de más tiempo para consagrar a los aspectos espirituales de su vida. Esto contribuye en gran medida a su curación. Durante la enfermedad, algunos de los mayores cambios en su distribución del tiempo y de sus actividades tendrán lugar en el trabajo y en las relaciones. El tiempo que previamente dedicó a su trabajo o cuidando de su familia lo pasa ahora cuidando de sí mismo. Esto puede resultar muy extraño al principio si no está acostumbrado a ello. Puede serle especialmente dificil si ha dedicado una gran parte de su vida a realizar su trabajo y si éste es una de las principales formas que le han hecho sentirse satisfecho consigo mismo.

Tal vez se ha servido de su trabajo para definir quién es. De repente, ya no dispone de esa parte de su vida de una manera activa. Esto le resultará atemorizador al principio. Procure dar a esos sentimientos atemorizadores tiempo y espacio. Medite sobre ello, y coméntelo con sus amigos. Cuénteles exactamente cómo se siente amenazado, y ellos podrán ayudarle. No olvide que, por muy importante que sea su trabajo, no es más importante que usted. Cuando aprenda a liberarse de esa autodefinición durante el tiempo que requiera su enfermedad, encontrará áreas más profundas de sí mismo que quedaron olvidadas en su ocupada vida, y que tal vez no ha satisfecho durante largo tiempo. El primer punto del orden del día es ahora ocuparse de sí mismo. Pruébelo durante algún tiempo; ¡podría resultar que le gusta! Sean cuales fueren sus aptitudes laborales, también resultarán útiles ahora, porque puede utilizar lo que ha aprendido en el área del trabajo y aplicarlo a su nuevo proyecto: curarse. Por ejemplo, si usted ha sido gerente, podrá emplear sus aptitudes organizativas para organizar su equipo curativo y su plan de curación. Por otro lado, quizá sea beneficioso para usted ceder la iniciativa y dejar que alguien lo haga en su lugar.

Comprobará que sus ritmos de vida se alteran durante una enfermedad. Cuando está sano, sus ritmos vitales fluyen de maneras que considera naturales para usted. Por ejemplo, probablemente despierta a la misma hora la mayoría de días y se duerme en otro momento, al mediodía, pongamos por caso. Quizá se acueste temprano, o tal vez sea un ave nocturna. Probablemente tiene hambre en períodos regulares del día y consume determinadas comidas que cree son naturales y saludables. Probablemente prefiere hacer ejercicio en un determinado momento del día y no a una hora distinta.

No se alarme cuando todo esto cambie. No trate de obligarse a mantener el viejo ritmo o regresar al mismo. Eso no es saludable. Usted está accediendo a distintos ciclos de ritmos saludables. Su apetito cambiará, así como sus horas de sueño. Hasta puede que se acueste cuando siempre quería hacerlo pero tenía que trabajar. Quizá tenga más energía cuando los demás están rendidos, o viceversa. Ahora, el ritmo saludable para usted es el que elige su cuerpo. Ahora es el momento de abandonarse a los nuevos ritmos curativos impuestos por

su cuerpo. Llegará un momento en que se asentarán en lo que usted considera como normal. Usted sólo necesita un poco de adaptación. Es posible que sus ritmos no vuelvan a ser los que usted consideraba saludables y normales antes de caer enfermo. No se preocupe. Es probable que esos ritmos nuevos terminen por gustarle más.

Algunas buenas preguntas que plantearse sobre el cuidado de su cuerpo físico y su campo aural son:

¿Debo mejorar algunos de mis hábitos de higiene personal?
¿Cuál es el tipo de ejercicio más indicado para mí ahora?
¿Cuál es la mejor dieta para mí ahora?
¿Qué ropas y joyas me sientan mejor ahora?
¿Qué colores debo llevar ahora, teniendo en cuenta mi estado de ánimo y de salud?
¿Es adecuada para mí la dieta que sigo?
¿Tengo en cuenta la energía vital de los alimentos que selecciono?
¿Es mi distribución del tiempo la más conveniente para mí?

Capítulo 11
LA CURACIÓN CON AMOR RENUNCIANDO AL PERFECCIONISMO

Usted es su sanador principal. Uno de los pasos más decisivos de la autocuración consiste en acceder a una relación emocional positiva consigo mismo. La mayoría de nosotros debemos trabajar mucho en este aspecto. Simplemente, no nos aceptamos tal como somos. Así, por ejemplo, un sentimiento de culpabilidad no es más que el rechazo del estado en el que nos encontramos en ese momento, lo cual indica que no estamos dispuestos a aceptarnos tal y como somos ahora. Es decir, si nos sentimos culpables por algo que hemos hecho o hemos dejado de hacer, o diferimos una acción que podría rectificarlo, todavía lo estamos procesando, o bien hemos optado por castigarnos con la culpa porque nuestros actos no expresaron nuestra integridad. Es más fácil sentirse culpable por algo que hacer lo que debemos para mantener nuestra integridad. Tenemos miedo a aquello que debemos hacer. Es más fácil sentir culpabilidad que afrontar nuestro miedo. Nuestra culpabilidad oculta el miedo, pero conduce al autorrechazo. Preferimos el autorrechazo al miedo.

El problema de salud más endémico que tenemos es el odio hacia nosotros mismos. Comprendo que esto puede parecer una afirmación extravagante, sobre todo para alguien que no ha experimentado el odio hacia sí mismo o que se ha sumido en la negación. Pero cada vez que usted llega a conocer a alguien más a fondo, descubre una simiente de autodesprecio en su interior que arraiga muy profundamente.

En lugar de llamarlo «autodesprecio», usamos el término *bajo amor propio.* Dentro de cada persona se desarrolla una lucha constante por el amor propio que oculta el autodesprecio. La lucha por el amor propio rara vez se interrumpe. Todo el mundo trata de ser especial de alguna manera para demostrar su dignidad. Quizá no sea una actitud consciente, pero se refleja en la conducta, tanto en la triunfalista como en la derrotista. Hay quienes se esfuerzan de lo lindo y otros que no se molestan por nada. Estamos atrapados en un círculo vicioso. Intentamos, o descaradamente no intentamos, demostrar que somos dignos según una serie de criterios que establecemos por nosotros mismos en la infancia. Sin embargo, cuando alcanzamos los objetivos expuestos en esos criterios, nos limitamos a desconsiderarlos y perseguimos otros distintos.

Basamos nuestra dignidad personal en lo que esperamos de nosotros mismos. Nos exigimos una perfección imposible. Nos juzgamos y rechazamos cuando no alcanzamos esa perfección. Nos exigimos una lista interminable de logros. A medida que conquistamos cada uno de ellos, lo ignoramos y lo devaluamos. Nos concentramos de inmediato en el siguiente obstáculo a superar. No nos concedemos tiempo para disfrutar de ese logro ni para felicitarnos por lo que hemos hecho o lo que hemos llegado a ser mediante nuestro esfuerzo y sacrificio. No nos damos los dones que hemos adquirido o hemos dado a los demás. Pida a los sanadores que comparen el número de sus autocuraciones con la cifra de curaciones que han brindado a los demás. Pregunte a los músicos si son capaces de escuchar y disfrutar de su música sin enjuiciarla.

No es de extrañar que haya personas que ni siquiera tratan de conseguir algo. Ven lo disparatado que resulta el juego, y se niegan a jugar. Por desgracia, con esa actitud matan su creatividad, espíritu, energía vital y, a veces, hasta su cuerpo.

Existen dos niveles de causas subyacentes a este espíritu de lucha o de inhibición. Uno es el nivel de la causa psicológica. El otro es el de la causa espiritual, más profunda.

La causa del autodesprecio en el nivel psicológico

En el nivel psicológico, la causa del autodesprecio es la autotraición, que tiene su origen en la temprana niñez. Desde que éramos niños pequeños, nos hemos aborrecido cuando no hemos podido hacer lo que

creíamos que debíamos poder hacer, ya fuese algo que iniciamos nosotros o algo que nos exigió el padre o la madre, un maestro o cualquier otra autoridad. No olvide que éramos niños pequeños. Poseíamos muy poco sentido de lo que es posible.

Lo que sabemos es que, como todos los niños, nacimos con un amor incondicional por todos los que nos rodean. Queremos que todos los que están a nuestro alrededor sean felices y nos quieran. Esperamos un amor incondicional de quienes nos rodean. Por desgracia, las cosas rara vez son así. Veamos qué es lo que ocurre.

Cuando vemos a otras personas en nuestra vida -casi todas mayores que nosotros- expresando sus sentimientos negativos, nos asusta. Muchos adultos nos abruman cuando están enojados o cuando expresamos nuestros sentimientos negativos. Esto ocurre incluso cuando tenemos una buena razón para experimentar sentimientos negativos que expresan verdaderamente nuestra respuesta a una situación mala. Desde la perspectiva infantil, este agobio parece poner en peligro nuestra vida, por lo que suprimimos nuestra respuesta justificada a una situación vital.

Además de la supresión de las reacciones negativas justificadas, no conocemos ningún modo de afrontar el hecho de que nuestros familiares no siempre se quieren unos a otros y que expresan su miedo y su odio. Así, hacemos lo que parece lógico para un niño. Tratamos de eliminar el dolor para que todo funcione mejor. Negamos nuestros propios sentimientos, y con ello nos traicionamos a nosotros mismos.

Naturalmente, cuidar de uno mismo de esta manera es una tarea imposible. Pero eso no nos detiene. Cuanto más tratamos de suavizar las cosas y negar los sentimientos negativos en nosotros y los demás, menos honestos somos con nosotros mismos y con nuestro impulso original de amor incondicional. Cuanto más nos esforzamos por arreglar las cosas, más impotentes nos sentimos, y más impostores -traidores a quien somos en realidad- nos volvemos. Por debajo de esta actitud, intentamos obtener el amor que esperábamos.

Cuanto más nos esforzamos y no conseguimos obtener amor, más nos convencemos de que no somos dignos de él, y menos capaces somos de amarnos a nosotros mismos. (Véase el desarrollo de la personalidad enmascarada, descrita en el capítulo 1.)

Hay otra parte de este círculo vicioso que empeora las cosas todavía más. Siendo niños pequeños, cuando alcanzamos un logro y recibimos elogios o ayuda para triunfar aún más, sentimos internamente que algo falla porque no hemos obtenido el amor que queríamos. En cambio, hemos obtenido elogios. Elogio y amor no son lo mismo. Así pues, nos esforzamos más. Cada vez que recorremos este círculo vicioso, para triunfar y recibir más elogios, la secuencia nos demuestra de un modo aún más concluyente de que fallamos en algo.

No sólo eso, sino que cuando conseguimos «ser buenos» y obtenemos una recompensa, aunque sea amor y reconocimiento, es el niño impostor, y no el verdadero niño interno, quien recibe ese amor. El verdadero niño interno está oculto por el impostor. Comoquiera que es este último quien se lleva los premios, esto demuestra todavía más que el verdadero niño interno no es digno de amor.

Cada vez que, siendo niños, logramos ser buenos, en algún lugar de nuestra psique recibimos el mensaje de que nuestro «verdadero ser» no es digno de amor. Es amor lo que necesitamos, y es amor lo que no podemos conseguir. Durante este proceso, no aprendemos nunca a amarnos. En cambio, olvidamos quién somos. Nuestra genuina necesidad de ser reconocidos y amados por quien es el «verdadero niño interno» -y no por lo que hace el impostor- no se satisface nunca. Este ciclo doloroso se perpetúa en la etapa adulta.

La causa del autodesprecio en el nivel espiritual

La otra causa del autodesprecio es, de hecho, idéntica a la psicológica, pero puede encontrarse en su vida espiritual. Si está leyendo este libro, es probable que siga conscientemente algún camino espiritual. A veces, el hecho de seguir ese camino dificulta aún más aceptarse a sí mismo, porque la mayor parte de su esfuerzo en la vida puede consistir en conocerse, comprenderse y mejorarse a sí mismo. En consecuencia, usted es, probablemente, más consciente de sus imperfecciones y del modo en que crea las experiencias negativas de su vida de lo que era antes de iniciar activamente su trabajo espiritual. Una vez más, resulta dificil encontrar imperfecciones en su interior y aceptarse.

Hay otro aspecto del trabajo espiritual que hace las imperfecciones de la vida fisica dificiles de aceptar. Cuando realizamos un trabajo espiritual, pasamos constantemente de un nivel de conciencia a otro. En los niveles más elevados, esta tarea está llena de luz y dicha.

Pero cuando descendemos al nivel físico y tratamos de integrar lo que hemos experimentado, en ocasiones nos resulta aún más difícil aceptar las imperfecciones de nuestra condición humana. Es muy difícil vivir en una realidad física y finita sabiendo, al mismo tiempo, que nuestra realidad superior es infinita. Es muy complicado sentir nuestro miedo y, en un nivel superior, saber que ese miedo no tiene razón de ser, sentir confusión en nuestra mente y saber, en un nivel más elevado de nuestro ser, que somos lucidez y luz.

Las propias enseñanzas espirituales pueden dificultarnos también la tarea de aceptarnos y amarnos. A veces, parecen paradójicas. Resulta confuso que nos digan que debemos liberarnos de la prisión de nuestra humanidad y, al mismo tiempo, que debemos confiar en la condición humana. Resulta confuso que nos digan que el mundo material es la expresión de lo divino, que de hecho *es* divino, y ver al mismo tiempo el caos, el odio y la ira que imperan en él. Es complicado que nos digan que, para llegar a ser más espirituales, debemos espiritualizar la materia y que la única forma de hacerlo consiste en aceptar el

mundo material tal como es. Es muy dificil aceptar la naturaleza básica de la dualidad de nuestro mundo físico, y sin embargo tratar de ir más allá de esa dualidad y acceder a un estado de unidad con ella.

La manera de lograrlo es mediante el amor propio y la aceptación del universo tal como es, de nuestra vida tal como es, sabiendo que existe siempre una orientación y protección y hay siempre una razón superior para todo cuanto ocurre. Y cuando este aspecto amplio de la aceptación se incorpore a su mente consciente, a su vida consciente, comprobará que sus progresos son realmente muy rápidos.

El proceso de la curación puede parecer más dificil desde la perspectiva espiritual, por cuanto no parece racional. Nuestros guías nos dicen que somos seres espirituales de luz, y sin embargo nos sentimos atrapados en un cuerpo que puede estar lleno de dolor y enfermedad. Nos dicen que aceptemos afectivamente ese dolor y esa enfermedad tal como son, que aceptemos afectivamente lo que hemos creado, y que incluso aceptemos afectivamente cómo lo hemos creado. Esto implica abandonar la negación que existe allí por alguna razón; amarnos y aceptarnos a nosotros mismos, que fuimos sus artífices; y aceptar todos los pensamientos y actos que hemos efectuado para crearla. Si hacemos esto, significa aceptar la creación posterior de la enfermedad.

Aunque en un principio pueda parecer así, tenga en cuenta que: *La aceptación no significa rendirse a la enfermedad o al proceso patológico. Significa confiar profundamente, amar y aceptar nuestra vida y a nosotros mismos, sean como fueren.* Implica llegar a conocer de veras el ser interno, estar en comunión con él, identificarse con él y descubrir su divinidad. Al hacerlo, descubrimos que el cuerpo sano es una expresión de ese ser más profundo. Descubrimos que, allí donde esté localizada la enfermedad en el cuerpo, es donde no hemos dejado que el ser interno y divino se expresara. Es allí donde estamos confundidos entre el ser real y el impostor y hemos permitido que predomine éste último. Es allí donde hemos dado origen al círculo vicioso del autodesprecio.

Cómo romper el circulo vicioso de su autodesprecio

La única manera de romper el círculo vicioso que mantiene el autodesprecio en su lugar consiste en identificar al impostor que lleva dentro y dejar de esforzarse por agradar a los demás. Empiece por observarse a sí mismo para averiguar hasta qué punto se convierte en el impostor; cómo se manipula, se traiciona y se rechaza a sí mismo según lo *que cree que los demás esperan de usted; y,* por tanto, cómo pierde la conexión con su verdadero ser. Apuesto a que es similar a como lo ha hecho desde su infancia.

Para descubrir su círculo vicioso de autodesprecio, pregúntese:

¿Cómo me traiciono y hago lo que entiendo que mis autoridades esperan de mí?
¿Cómo me rechazo por esa traición?
¿Qué tipo de autodesprecio acumulo sobre mí por el hecho de traicionarme?
¿Me rechazo antes de que alguien pueda hacerlo?
¿En qué situaciones me detesto y me rechazo más (por ejemplo, al perder en una competición)?
¿Qué me hago a mí mismo cuando pierdo?

Haga una lista. En un lado de la hoja, anote todas las cosas negativas que encuentre en usted. En el otro lado, escriba cómo se siente consigo mismo respecto a esas cosas. Mediante este tipo de autoevaluación, podrá tomar conciencia de sus juicios y sentimientos negativos sobre sí mismo. Esto ya constituye una buena parte de la batalla. En cuanto los haya descubierto, tendrá la llave para profundizar más y llegar al núcleo del problema. El siguiente paso consiste en autorizar esos sentimientos. Me serviré del campo aural para ilustrar por qué y cómo funciona este proceso.

Cómo las emociones negativas hacia sí mismo afectan al segundo nivel de su campo

Nuestra relación emocional con nosotros mismos se halla en el segundo nivel del campo aural. El segundo nivel del campo aural contiene nuestros sentimientos positivos y negativos hacia nosotros mismos. Son los sentimientos negativos los que crean más problemas. La energía y la conciencia asociadas con los sentimientos negativos del segundo nivel poseen una naturaleza opuesta a la vida. Para empeorar las cosas, mantenemos esa energía-conciencia inmóvil, al no permitir el flujo de nuestras emociones negativas. Esto rebaja la frecuencia vibratoria a una vibración inferior a la que sostiene la vida y la salud, provocando un estancamiento en el segundo nivel. El estancamiento afecta luego al primer nivel del campo, bloqueando el flujo de energía vital al cuerpo físico.

El modo en que mantenemos esas emociones inmóviles consiste en transferir una parte de su energía-conciencia al nivel mental para su dispersión. Aquí, la energía-conciencia negativa se expresa en forma de autocrítica. Entonces la autocrítica contiene los sentimientos todavía más.

Permítame que vuelva a exponerlo, hablando simplemente de la transferencia de energía-conciencia. Transferimos la energía negativa que normalmente se expresaría en forma de emociones negativas al tercer nivel del campo, donde se convierte en autocríticas que, a su vez, reprimen aún más las emociones negativas

del segundo nivel. Este ciclo de retroalimentación negativa comprime el segundo nivel del campo, reduciendo su frecuencia a un índice inferior al que es saludable para la vida. Esto provoca luego una depresión emocional en la persona.

El campo aural de esa persona parece muy estrecho en el segundo nivel. Las nubes de energía, normalmente de colores vivos, que deberían discurrir a lo largo de las líneas definidas por el primer nivel, son oscuras y sucias. Algunas personas que disponen de un segundo nivel intenso no aciertan a comprender la situación, y pueden sentirse muy incómodas cerca de alguien en estas condiciones. Otras se sentirán inclinadas a ayudarle a salir de su situación.

Limpiar el segundo nivel del campo resulta relativamente fácil. Técnicamente, es cuestión de transferir la energía-conciencia de vuelta al segundo nivel e inducirla a moverse cargándola. La energía en movimiento brindará una experiencia emocional que permitirá a la persona profundizar más en sí misma, llegar a la raíz del problema y, finalmente, a la esencia del ser y al núcleo. Un sanador puede hacer esto trabajando con el segundo nivel del campo para limpiarlo e incitando al cliente a expresar sus sentimientos.

Usted puede hacerlo por su cuenta, una vez que conozca el proceso. Primero, usted toma conciencia de sus autocríticas y comprende que ocultan el dolor. Pero no basta con comprender. También debe sentir. Deje que su energía-conciencia regrese al segundo nivel para poder sentir. Los sentimientos son necesarios, porque el hecho de sentir devuelve el flujo energético al segundo nivel del campo, que está estancado.

Entonces el flujo de energía despeja el estancamiento y recarga el campo de una manera saludable.

Intente transformar los juicios procedentes del tercer nivel del campo, del tipo «No soy bueno porque...» o «Debería haber hecho...», en sentimientos del segundo nivel, del tipo «Me duele» o incluso «Me odio». Dé rienda suelta a sus sentimientos, cualesquiera que sean. Funciona de veras. De inmediato, las nubes estancadas del segundo nivel del campo aural empiezan a moverse y a limpiarse. Mediante la limpieza y el movimiento, el segundo nivel se carga. Muy pronto, el sentimiento «Me odio» se convierte en «Me duele», que se torna a su vez en «Me quiero», «Siento haberme tratado así», etcétera. La expresión emocional devuelve el campo a su estado natural, consistente en los colores vivos y fluentes de la energía-conciencia del amor propio.

Un hombre de negocios al que llamaré Jeffrey era incapaz de salir de este círculo vicioso de perfeccionismo hasta que empezó a expresar sus sentimientos de dolor. Desde que nació, Jeffrey había sido sometido a una intensa presión familiar para que alcanzara notoriedad en su profesión y tuviera éxito en las finanzas. Ya adulto, sentía que todo cuanto pudiera hacer no bastaría. Fueran cuales fuesen sus logros, no podía hallar satisfacción en sí mismo. Cada nuevo éxito le aportaba menos placer. Se sentía vacío por dentro.

El campo aural de Jeffrey presentaba una rigidez considerable en el tercer nivel, así como un estancamiento en el segundo. Su tercer nivel estaba comprimiendo el segundo. Él no era consciente de sus sentimientos y rara vez los expresaba. La vacuidad que experimentaba le llevó a mi consulta. A medida que profundizaba en esa vacuidad, su segundo nivel empezaba a cargarse y a moverse. De un amarillo-ámbar intenso, pasó a un rojo vivo en cuanto expresó por primera vez sus autocríticas y luego su autodesprecio. Leyendo y trabajando con el campo mientras él se expresaba, le orienté hacia el buen camino. Muy pronto, el autodesprecio se transformó en dolor.

Por primera vez, Jeffrey empezó a sentir el dolor del niño interno que había sido sometido a la presión de procurar ser perfecto. En ocasiones, accedía a la autocrítica para interrumpir el dolor. Cuando esto ocurría, el flujo energético del segundo nivel del campo aural cesaba y dejaba paso a la actividad en el tercer nivel, fundamentalmente en la parte trasera de su cuerpo, donde la actividad de los chakras es una expresión de voluntad, esto es, la voluntad de detener el dolor. Yo le describí esta situación y le ayudé a dirigir su conciencia y flujo energético de vuelta a la parte delantera del cuerpo y al segundo nivel del campo. Cuando lo hizo, un flujo automático y natural de energía-conciencia recorrió la parte frontal de su cuerpo y liberó los sentimientos. En cuanto Jeffrey aprendió a redirigir este flujo energético a través de su cuerpo, le resultó más fácil regresar a los sentimientos.

A medida que proseguía este flujo y reflujo de expresión, los sentimientos derivados del autorrechazo del presente dejaron paso al dolor del autorrechazo en el pasado. Jeffrey se dio cuenta de que lo había estado arrastrando desde la infancia. Se había esforzado mucho por hacer lo que sus padres querían, y todavía lo intentaba, lo quisiera de veras o no. Se sentía un impostor, que había hecho cualquier cosa para obtener el amor de sus padres. Recibió el mensaje de lo que debía hacer para ser «bueno» y, de algún modo, seguía haciéndolo en el presente en el mundo de los negocios.

Así alcanzó el origen de su círculo vicioso. Lo encontró en la conclusión infantil de que debía esforzarse por la perfección para merecer el amor de sus padres. De repente, tuvo una nueva visión de toda su vida. Al principio era muy desalentadora. Parecía que todo cuanto había hecho por triunfar respondía a una causa errónea: comprar amor.

Una vez más, trató de evitar sentir ese dolor refugiándose en más autocríticas. Cuando yo le animé a experimentar ese dolor, Jeffrey se sumió profundamente en la realidad del niño interno. La necesidad de amor en ese niño interno era, de hecho, muy real. Él quería a ese niño interno de todo corazón. Percibió y reconoció la esencia de ese niño y la esencia de su núcleo. Por fin había vuelto a casa.

La vida de Jeffrey había cambiado. A partir de entonces, podía verse a sí mismo y a todos los demás seres humanos desde una perspectiva distinta. Ya no podría eludir sus sentimientos como había hecho antes. Ya no podría sostener sus autocríticas tal y como eran. Se sorprendería a sí mismo esforzándose

por alcanzar la perfección, se frenaría y preguntaría a su niño interno qué quería. Dejaría pasar algunos buenos negocios y optaría por ser en lugar de excederse.

El flujo energético que discurría por el segundo nivel de Jeffrey siguió aumentando con el tiempo. Mediante un trabajo constante, su segundo nivel adoptó un estado normal de colores vivos y fluentes. También su tercer nivel se tornó más intenso, más flexible y más equilibrado por delante y por detrás. Su primer nivel se volvió más fuerte y más cargado. Como consecuencia de todo ello, sentía su cuerpo fisico más rejuvenecido y vigorizado. Estos cambios alcanzaron el cuarto nivel del campo, y sus relaciones con los demás asumieron un significado más profundo.

Es a través de este proceso de expresión emocional que aprendemos hasta qué punto hemos tratado brutalmente a nuestro niño interno con nuestras autocríticas. No le hemos permitido disponer de la libertad de expresión emocional hacia sí mismo, que necesita para vivir en nuestro interior de una forma sana. Y lo que nos hemos hecho a nosotros mismos, se lo hemos hecho también a los demás. Una vez que hemos dejado de hacérnoslo a nosotros mismos, dejamos de hacérselo a los demás. Cuando aceptamos nuestras propias limitaciones, las necesidades de nuestro niño interno y sus imperfecciones, las aceptamos también en los demás.

A medida que empezamos a aceptarnos a nosotros mismos tal como somos y llegamos a conocer al niño interno, obtenemos otra constatación: vemos que hemos asumido que el niño interno crecería. Hay partes del niño que deben crecer, pero fundamentalmente el niño interno no debería crecer. En cambio, necesita vivir plenamente dentro de nosotros. Nuestro niño interno llena nuestra personalidad de una sensación de asombro y alegría de vivir. Nos da un placer simple que no puede ser igualado por las actividades adultas. El niño interior posee las llaves que dan acceso a nuestro «verdadero ser», ya que forma parte de él. Nuestro niño interno es una puerta de entrada a la esencia de nuestro núcleo. Si usted pasa más tiempo con su niño interno, averiguará quién es su verdadero ser. Está integrado por muchas partes de todas las experiencias vitales que usted ha tenido.

Cómo llegar a conocer a su niño interno

Una buena manera de llegar a conocer a su niño interno es jugar. Resulta que el juego es también un modo estupendo de averiguar sus necesidades, especialmente las que dejó detrás de usted en su infancia. El juego las recupera automáticamente. Una vez activadas, algunas de ellas madurarán para convertirse en sus necesidades reales de adulto. El juego supone también una forma excelente de descubrir que sus necesidades son buenas y que usted es valioso y único. Jugar es una buena manera de expresar sentimientos positivos hacia sí mismo. Carga el segundo nivel del campo aural y lo hace fluido.

Para conseguirlo, le sugiere que se reserve un espacio de tiempo cada día, tal vez una hora, para hacer lo que quiera hacer y nada que no quiera hacer. Programe ese tiempo como si se tratara de una cita de negocios. Satisfaga su deseo, por joven que sea la parte de usted que lo requiere. Por ejemplo, vístase como quiera, por extravagante que pueda parecer. Coma lo que quiera, vaya donde quiera, escuche la música que prefiera. Si no le gusta, pare de inmediato, pero sólo porque no se divierte, no porque una voz le diga que no está haciendo lo correcto. Fíjese en lo rápido que puede cambiar lo que está haciendo en función de lo que quiere en ese momento. Libérese y disfrute. No olvide que esto es lo que hacía siendo niño. Quedará sorprendido de los resultados.

Cuando se haya acostumbrado a disponer de un tiempo regular para el juego, observará que existe una conexión entre las necesidades del niño interno y las del adulto. El juego infantil ha expresado siempre los profundos anhelos teleológicos que tienen los seres humanos. Cuando la psique madura, esos anhelos se expresan de formas adultas maduras. Las actividades que se inician en la etapa infantil pueden madurar en forma de actividades adultas. O pueden seguir siendo tal y como son. Autorícelas a ser como son. No plantee exigencias a su juego.

Cuando mi hija era pequeña, solíamos jugar juntas a menudo. Uno de mis juegos favoritos consistía en acostar a Celia por la noche. Yo tenía que representar el papel de un pato malo, utilizando una marioneta. El pato no quería nunca que Celia se acostara, y se metía entre las sábanas con ella, permanecía en silencio unos instantes, y luego, de repente, ¡deshacía las sábanas! O el pato le preguntaba constantemente si ya estaba dormida. ¡Era muy divertido!

También pintábamos juntas con bastante frecuencia. Celia pintaba siempre lunas y estrellas. En cierta ocasión, no se me ocurría qué pintar, de modo que pinté un aura. Luego pinté otra. Pronto tuve un montón de ellas. Años más tarde, un artista profesional las reprodujo para *Manos que curan.* (Son las figuras 11-1 y 11-2 del citado libro.)

El juego activa y libera la fantasía del niño. La fantasía en la psique madura se convierte en visualización creativa.

Cuando publiqué *Manos que curan,* Dorian, uno de los alumnos de mis clases de curación, de Colorado, me regaló un bonito oso blanco que recibió el nombre de Buddha Bear. Todos estuvieron de acuerdo en que, si tenía que ir a enseñar al mundo, necesitaba indiscutiblemente un oso. Tenían razón. Buddha Bear ha sido una gran ayuda para mi niña interna desde entonces. Al principio, incluso viajaba conmigo.

En canalizaciones recientes, Heyoan ha sugerido que una vez que demos a nuestro niño un espacio para ser, debemos concederle también un espacio para que evolucione hacia la madurez, y para que se integre en nuestro ser completo.

Ejercicios de amor propio

También es bueno practicar el amor propio directo. Aquí veremos algunos ejercicios estupendos para aprender a quererse. Si tiene problemas para generar sentimientos de amor con el primer ejercicio, el segundo podría ayudarle. Pruébelos todos y escoja los que más le gusten. Dedique todos los días una parte de su tiempo a quererse activamente. Puede hacerlo reservando quince minutos por la mañana y por la noche. Otra opción es reservarse un minuto de cada hora.

Estos ejercicios pueden no ser tan sencillos como parecen. Por lo general, tan pronto como empezamos a concentrarnos en nosotros mismos, empezamos a analizar, acceder, poner condiciones, juzgar y censurar todas las formas de conducta interna negativa hacia nosotros mismos. Esto no es amor propio. Si se siente negativo, deje de estarlo y vuelva a la actitud positiva. No es egoísta quererse a sí mismo. En cambio, piense en usted como un vaso que puede llenarse. Cuando su vaso se desborda, el amor se vierte a los que le rodean. Usted debe amarse a sí mismo para poder dar amor a los demás. Recuerde que todas las cosas negativas que se hace a sí mismo también se las hace a los demás, quizá inconscientemente, y todas las cosas buenas que se hace a sí mismo, también se las hace a los demás.

Llenar el cuerpo y el ser con amor:

Tal vez prefiera empezar por una parte de su cuerpo, ya que es más fácil. Elija una parte de su cuerpo que necesite ayuda, o que le disguste, le avergüence o lo rechace. Concéntrese simplemente en esa parte de su cuerpo y dirija amor hacia ella. Llénela de energía; háblele amablemente. Si siente dolor en alguna parte de su cuerpo, dedíquele más amor. En lugar de tratar de apartarse de ella (lo que hacemos todos cuando sufrimos dolor), entre en esa parte de su cuerpo con su conciencia. Ocúpela con la conciencia y con una bondad afectuosa.

Ahora haga lo propio con todo su ser. Concéntrese en sí mismo y diríjase amor, como hace con las personas que quiere. Si le gusta utilizar colores, primero use el verde, luego el rosa, después el dorado y el blanco. Llene todo su cuerpo con esos colores.

Inicie los sentimientos de amor con algo que sea fácil:

Concéntrese en una cosa o persona, como una rosa, un animal o un niño, que le resulte fácil de querer. Acceda a un estado de amor hacia él, y entréguele su amor. Por ejemplo, si es una rosa, observe y aprecie su belleza. Palpe su textura. Deléitese con su fragancia. Sienta su conexión con ella. Sienta cuánto la quiere y le gusta.

Después de generar sentimientos intensos de amor dentro de usted, transfiera esos sentimientos hacia sí mismo. Haga con usted lo mismo que hizo con la rosa. Observe directamente su cuerpo. No utilice un espejo. Admire su cuerpo. Mire la parte favorita de su cuerpo, y luego todas las demás. Tóquelo. Palpe su textura. Siéntase a sí mismo dentro de él. Acarícielo suavemente. Huela las distintas partes de su cuerpo. Sienta cuánto placer le ha proporcionado su cuerpo. Ame su cuerpo. Háblele amablemente. Practique este ejercicio a diario hasta que le resulte sencillo. Lo será.

El siguiente ejercicio es un poco más dificil, pero muy efectivo. Hágalo por etapas, y se convertirá en un maestro en el arte de amarse a sí mismo. Empiece por una sesión breve, y vaya aumentando el tiempo hasta diez minutos.

Amar a la persona del espejo:

Sitúese frente a un espejo, mírese a los ojos y quiérase. Durante ese tiempo, no se permita juzgarse ni herirse.

Como debe de saber, la mayoría de la gente se mira en el espejo y ve de inmediato todas las cosas que consideran defectuosas y las juzgan. Si se sorprende haciendo esto, transforme inmediatamente la autocrítica en un pensamiento y una acción afectuosos respecto a su ser. Háblese amablemente a sí mismo. Mírese intensamente a los ojos, y vea el espíritu, el anhelo, el amor y la vida que luchan allí. Fíjese en lo bonitos que son sus ojos. Repare en los aspectos positivos de su pelo y de sus rasgos faciales. Compruebe que son una expresión de su espíritu. Busque al niño interno. Vea su alegría, su asombro y su amor. Ahora busque todos los demás aspectos de esa persona. Observe qué le gusta hacer. Vea cómo esos pasatiempos favoritos han ayudado a formar esa persona en lo que hoy es usted. Vea el conocimiento del que usted es portador. ¿Para qué ha venido esa persona al mundo? ¿Cuáles son los anhelos más profundos de la persona del espejo? ¿Cómo puede ayudar a esa persona a satisfacer sus anhelos? Ame a esa persona, y todo lo que es usted.

Después de dominar este ejercicio, estará listo para pasar al cuarto.

Amar* a *la persona y el cuerpo del espejo:

Sitúese desnudo frente a un espejo de cuerpo entero. Quiera y acepte todas las partes de su ser y de su cuerpo. Concéntrese en cada parte de su cuerpo, como hizo antes. Concentre su conciencia en él. O imagínese un ser diminuto idéntico a usted, entre en esa parte de su cuerpo y limítese a permanecer allí. Acaricie la parte del cuerpo en la que se ha concentrado y mírela. Quiérala. Ame a la persona que está en esa parte del cuerpo. Cuando surjan sus autocríticas negativas, pronúncielas en voz alta y sienta su respuesta emocional a ellas. Esto es lo que se hace a sí mismo cada vez que efectúa una crítica similar. Ahora sustituya el juicio negativo por una declaración positiva sobre la zona de su cuerpo. Luego llénela con simple bondad afectuosa. Cubra todo su cuerpo de este modo. Primero, deje que lo negativo sea pronunciado en voz alta para poder ser plenamente consciente de ello y de los sentimientos que provoca. A continuación, sustitúyalo por lo positivo.

Recuerde: concéntrese primero en la parte del cuerpo y luego en la persona que está en esa parte del cuerpo. Cuando lo haga, compruebe cómo ha tratado cada parte de su cuerpo y a sí mismo respecto a ésta. ¿Ha sido amable y respetuoso? ¿O ha tratado a su cuerpo y a sí mismo como un tirano, exigiendo perfección y rendimiento y desconsiderando los mensajes que le ha enviado? Observará que hay partes de su cuerpo y de sí mismo que usted rechaza continuamente, probablemente muchas veces al día. Cure este proceso negativo en usted tomando conciencia de él y dando más amor a esas partes de su cuerpo y de sí mismo. Remplace todas las declaraciones que encuentre hacia su cuerpo y hacia usted por otras positivas.

Amar las partes de su cuerpo que están enfermas o deformes:

Cuando haya cubierto todas las partes de su cuerpo, devuelva su atención a las partes que están enfermas o dañadas. Présteles más atención afectuosa, aceptándolas exactamente como son, llenándolas con amor incondicional y con su esencia interna. Devuelva esa parte de su cuerpo a la nación que es usted. Una clave para hacer esto y para amar la parte de su cuerpo que usted considera que le ha traicionado consiste en descubrir qué objetivo en la vida ha servido esa parte. Le garantizo que esa parte del cuerpo le está enseñando una lección o ha asumido alguna forma de responsabilidad que usted no era capaz de asumir. Le ha ayudado a sobrevivir. Le ha ayudado a tolerar algunas experiencias de la vida que usted no habría podido tolerar sin ella. Así, por ejemplo, los tumores llevan a veces la energíaconciencia de llenar una cavidad o hueco en la vida de una persona. Llenan a las personas cuando se sienten vacías. Las piernas débiles ayudan a la gente a sentarse cuando ya no puede sostenerse en pie por sí misma. Las desviaciones de espalda y cuello ayudan a la gente a controlar su ira porque amortiguan la energía roja que podría roerle la columna vertebral de cólera. Cuando esta clase de problemas confina a las personas en la cama durante unas semanas, es porque necesitan paz, tranquilidad y reposo.

Una vez que haya aceptado esa parte alienada en sí mismo y esté unido a ella, puede brindarle una visualización positiva. Dígale cómo mejorará. Si tiene un tumor, y ha servido el objetivo de llenarle, diga al tumor que ya no lo necesita para que le llene. Dígale que ya puede disolverse e integrarse con el resto del cuerpo. Diga al resto del cuerpo que rodea el tumor que acepte su integración en el conjunto. Si tiene un hueso roto que no termina de sanar, visualícelo soldándose y creciendo normalmente, un proceso de lo más natural para él. Si tiene una desviación crónica, visualice los músculos relajándose y fortaleciéndose de tal modo que mantienen los huesos en su lugar y eliminando el miedo o los sentimientos negativos asociados al problema físico.

Una persona a quien llamaré Bob rechazaba su cuello continuamente. Tenía un cuello más bien ancho y papada. Este rechazo se mantuvo durante años. Sufrió varias lesiones de cuello y contrajo hipotiroidismo. Su cuello se desalineaba una y otra vez, causando mucho dolor y a veces incluso confusión mental. Bob empezó a practicar frente al espejo, y más tarde trabajó consigo mismo tendido en la cama cuando se disponía a dormir por la noche.

Cuando Bob empezó a curar su cuello, se concentró en amar todas las partes del mismo, papada incluida. Cada noche, al acostarse, colocaba los dedos sobre el cuello en la zona debilitada o dolorida y le hablaba afectuosamente. Dejaba que la energía de sus dedos entrara en su cuello. Cuando despejó los bloqueos de energía que había en su cuello, descubrió allí muchas voces atemorizadas y quejosas. En el segundo nivel del campo estaban todas las cosas que Bob no se había permitido decir a los demás. Pero cuando se activó su bloqueo, repitió constantemente para sí mismo las cosas que no podía expresar a los demás. Así, trató de encontrar una manera aceptable de decir lo que necesitaba expresar sin evocar su miedo, que estaba aprisionado también en la misma zona de su cuello. No dio resultado. Lo único que consiguió fue reforzar los bloqueos que tenía en el cuello.

Desde la perspectiva del campo aural, Bob tomaba continuamente energía del cuarto nivel, el nivel de interacción «yo-tú», que estaba en las cosas que quería decir a los demás, y la hacía bajar al segundo nivel, diciéndolas para sí mismo. En consecuencia, estaba obstruyendo el segundo nivel.

Durante el proceso curativo, Bob tuvo que devolver la energía al cuarto nivel y liberarla gritando lo que no se había permitido decir. De este modo, liberó las voces atascadas en su garganta. Esto, naturalmente, también le indujo al miedo, que fue liberado al sentirlo. Parte de ese miedo procedía de su temprana niñez, cuando no se le había permitido «responder» a sus padres.

Debajo de todo ello yacía una incapacidad de pedir por sus necesidades. El chakra de la garganta está relacionado con decir la verdad. En el caso de Bob, se trataba de decir la verdad sobre sus necesidades. Se dio cuenta de que la única forma en que podía satisfacer sus necesidades en la infancia era suplicar por ellas. Luego, tras una larga espera, algunas de ellas se veían cumplidas. Bob comprendió que la dilatación de su tiroides estaba relacionada con llenar el hueco del hambre en su cuello, que existía allí por haber tenido que esperar tanto tiempo para ser alimentado. A medida que su proceso curativo se prolongaba durante varios meses, fue capaz de decir la verdad sobre sus necesidades, los bloqueos de energía en su garganta se despejaron y su cuello se fortaleció.

Entonces descubrió un aspecto interesante en el que no había pensado nunca. En varias ocasiones se encontró en determinadas situaciones en las que de repente se sentía muy irritado con alguien. Cuando su ira empezaba a subirle por la columna vertebral, la detenía pellizcándose los músculos del cuello con tanta fuerza, que sacaba el cuello de sitio. Entonces se dio cuenta de que la desviación de su cuello le ayudaba a controlar su ira. Le ayudaba a reprimirse de hacer daño a la gente. En otras palabras, optaba por hacerse daño a sí mismo en lugar de la persona con la que estaba irritado. Cuando comprendió el servicio que había cumplido su cuello desviado, empezó a apreciarlo mejor. También desarrolló mejores formas de controlar su ira observando cómo creaba o se metía en situaciones que la provocaban, al no pedir por sus necesidades ni ocuparse de sí mismo. Su enojo brotaba siempre en situaciones en las que los demás no respetaban sus necesidades. Cuando él mismo comenzó a respetar sus propias necesidades, las situaciones dejaron de presentarse, o ya no provocaban la ira.

Cada noche, Bob tocaba su cuerpo y decía a los bloqueos que se disiparan, a la tiroides que se encogiera a su tamaño normal, y al cuello que se fortaleciera. Los músculos cervicales adquirieron más fuerza. Pronto pudo realizar ejercicios con el cuello que no había podido hacer durante años. Su cuello abandonó su desviación. Bob tomó Synthroid durante varios meses, y el funcionamiento de su tiroides recuperó la normalidad. Ya no ha contraído más lesiones durante años.

Cuando realice los ejercicios ante el espejo, le evocarán muchos sentimientos. Déjelos fluir libremente; aquí tiene algunas orientaciones para hacerlo.

Cómo dejar que fluyan sus sentimientos

Permitirse experimentar sus sentimientos es quizá una de las tareas más dificiles de conseguir en el proceso de autocuración, si no lo ha practicado antes. Recuerde que la energía-conciencia del segundo nivel se experimenta en forma de sentimientos hacia sí mismo. Si quiere que el segundo nivel del campo esté equilibrado, despejado, cargado y sano, debe dejar que sus sentimientos hacia sí mismo fluyan libremente. Durante una enfermedad, sus sentimientos oscilarán de la tristeza a la felicidad, a la serenidad, a la ira, al miedo, a un intenso terror, a la debilidad, a la culpabilidad, al disgusto, a la exigencia, a la autocompasión, a la soledad, a la envidia, al amor, y así sucesivamente. Todos estos sentimientos tienen correlación con la energía del segundo nivel del campo, y cuanto más los deje salir de usted, más despejado quedará el campo. Una parte del proceso curativo consiste simplemente en dejarlos fluir, ya que han permanecido bloqueados tanto tiempo. Dio resultado en los casos de Jeffrey y Bob, y lo dará en el suyo.

Yo he trabajado con muchas personas, y no he conocido a nadie que fuera una excepción. Todos somos muy ágiles a la hora de eludir las emociones negativas que contenemos. Muchos de nosotros no nos hemos dado cuenta de cómo el hecho de bloquear los sentimientos obstruye la fuerza creativa y contribuye activamente a que aquello que tememos sea más posible. Por otro lado, el hecho de afrontar los sentimientos y experimentarlos nos libera para crear aquello que queremos en la vida.

Ahora es la oportunidad de soltarlos. Acéptelos tal y como son. No son más que sentimientos de los que desprenderse para limpiarse. No tema expresar sentimientos negativos. Las personas enfermas que han estudiado la visualización positiva conciben a veces la idea de que no deben tener sentimientos negativos, por temor a que esos sentimientos o pensamientos se conviertan en una visualización negativa y empeore su dolencia. Debido a este miedo, acceden de vez en cuando a nuevos niveles de rechazo de su negatividad. Puede que decidan admitir sólo una determinada cantidad de ella. Después de expresarla, se empeñan en rechazar el resto de esa negatividad.

Yo no he visto que la expresión de sentimientos o pensamientos negativos cause perjuicio alguno si se efectúa según determinados parámetros. El primero es que la expresión de la negatividad no ha de ser habitual. Tan pronto como se vuelve habitual, pierde su propiedad catártica. La otra condición es que debe hacerse con una intención positiva y consiente de sanar. Si usted deja que todos los pensamientos negativos accedan a la conciencia y que los sentimientos negativos fluyan *con la intención positiva de curarse,* no quedará atrapado en una negatividad que le perjudique. Lo importante aquí es una intención nítida. Exprese los sentimientos negativos con la intención de liberarlos, déjelos marchar y vaya más lejos de ellos. Esto contribuirá a su curación. Si se empeña en rechazar sus sentimientos negativos, seguirán contribuyendo a su enfermedad. No se irán con sólo cubrirlos con una capa de azúcar.

La mejor manera de remplazar lo negativo por un desarrollo positivo consiste en combinar la expresión de lo negativo para su liberación con la visualización positiva. Primero despeje lo negativo del campo, y luego, en el espacio vaciado, sustituirlo por los colores vivos y positivos de la visualización.

Lo que queremos suele ser lo contrario del propio miedo que eludimos. En otras palabras, existe una conexión directamente inversa entre lo que tememos y lo que queremos crear. El hermoso poema que sigue lo expresa claramente. Fue canalizado por Eva Broch Pierrakos.

Tras la puerta

Tras la puerta de sentir tu debilidad,
reside tu fuerza.

Tras la puerta de sentir tu dolor,
residen tu placer y gozo.

Tras la puerta de sentir tu miedo,
residen tu seguridad y confianza.

Tras la puerta de sentir tu soledad,
reside tu capacidad de tener satisfacción,
amor y compañía.

Tras la puerta de sentir tu odio,
reside tu capacidad de amar.

Tras la puerta de sentir tu desesperación,
reside tu esperanza verdadera y justificada.

Tras aceptar las carencias de tu infancia,
reside ahora tu satisfacción.[*]

Meditaciones curativas

Para ayudarle a continuar su proceso curativo, aquí tiene algunas meditaciones diseñadas para curar el segundo nivel del campo aural. Son simples y fáciles de realizar, y resultan muy efectivas para limpiar, equilibrar y cargar su campo.

Meditación de respiración en color

Puesto que el segundo nivel del campo contiene todos los colores, una forma simple de cargarlo consiste en respirar en colores. Puede utilizar los colores que prefiera. Le sugiero que pruebe con los siguientes: rojo, anaranjado, amarillo, verde, azul, añil, morado, lavanda y rosa. También puede incorporar el blanco, plateado, dorado y negro. Consiga una muestra de los colores que desee utilizar, como un trozo de tela, papel, plástico o vidrio. Incluso puede servirse de los colores del arco iris originados por el sol a través de un cristal emplomado de una ventana.

Procure seguir las instrucciones al pie de la letra. No se limite a pensar en el color, o lo convertirá en amarillo. Al pensar, se activa el tercer nivel del campo y se le aporta energía. El amarillo es el color que se genera al pensar. Para mantener el flujo de energía hacia el segundo nivel del campo, hay que sentir el color. Usted debe identificarse con el color. Debe ser el color. Para identificarse con un color, usted ha de acceder al estado sensible de ese color.

1. Sostenga el color en su mano, palpe el color, mírelo.
2. Inhale el color. Llene todo su cuerpo de ese color.
3. Conviértase en el color.
4. Ahora exhale el color.
5. Vuelva a inhalar el color. Esta vez llene todo su campo aural de ese color. Imagínese que usted es el color.
6. Experimente la sensación de ser ese color.
7. Ahora exhale el color.
8. Repita el proceso varias veces.
9. Ahora inhale el siguiente color. Llene su cuerpo y su campo de ese color.
10. Repita varias veces el proceso con cada color antes de pasar al siguiente.

---

[*] Extraído de *The Pathwork of Self-Transformation,* de Eva Pierrakos.

Cuando haga esto, constatará que colores distintos tienen efectos distintos sobre su estado de ánimo. Cada color está asociado con un principio o cualidad. Si necesita ese atributo en su vida, el hecho de meditar en ese color e incorporarlo en usted le ayudará a desarrollarlo en su vida. La figura 11-1 presenta una lista de colores y los chalcras y partes del cuerpo que nutren.

Meditaciones de color para los chakras

En el capítulo 2 ofrecí una descripción general del campo aural y de sus chalcras. Recuerde que los chakras sirven de metabolizadores de energía para las zonas del cuerpo donde están localizados. Si usted está falto de energía y débil en una parte concreta del cuerpo, resulta beneficioso vestir ese color o realizar un poco de meditación de respiración en color. (Para averiguar el color que necesita, vea la figura 9-2. Para realizar la meditación del color del chakra, utilice el dibujo de la figura 2-5 para localizar cada chakra.)

Empiece por el primer chalcra. Concentre su atención en la zona del cuerpo donde está situado el chakra. Imagínese el color del chakra en esa parte del cuerpo, tanto por delante como por detrás. Forme el color en un disco de 15 cm de diámetro. Si puede visualizarlo en tres dimensiones, convierta el disco en un embudo extendiendo su extremo hacia el interior de su cuerpo hasta que la punta más estrecha del embudo toque su columna vertebral. Haga girar el disco o el embudo en el sentido horario sobre su cuerpo.[**] Introduzca el color del disco o el embudo en su cuerpo mientras inhala. Al exhalar, el color sigue entrando en su cuerpo. Imagínese que fluye al interior de los órganos específicos de esa parte del cuerpo, como se describe en la figura 11-1. Pase al siguiente chakra. Repita el proceso varias veces para cada chakra.

Asegúrese de cubrir todos los chakras, empezando por el primero y subiendo progresivamente por el cuerpo. A medida que suba, dedique un tiempo extra a las zonas de su cuerpo que no están bien.

Meditación autocurativa para su enfermedad especifica

Dos libros estupendos describen meditaciones específicas para enfermedades concretas. El primero es Visualización curativa, del doctor Gerald Epstein. Está estructurado de tal manera, que usted puede buscar su problema concreto y seguir la visualización prescrita. Incluso le dice la frecuencia de uso. Otro libro que le recomiendo es *Usted puede sanar su vida,* de Louise Hay. Facilita mantras sencillos para repetir para cada problema que pueda tener. Estos mantras están relacionados con el sistema de creencias que probablemente usted tiene asociado a su enfermedad. Por ejemplo, para los problemas de tiroides, la declaración negativa efectuada por una persona es «¿Cuándo me toca a mí?». La visualización positiva para resolver este problema es «Dispongo de todo el tiempo del mundo para mí».

Figura 11-1: Los colores de los chakras en el segundo nivel del campo aural y las zonas del cuerpo que alimentan

CHAKRA 1	Rojo	Mitad inferior del cuerpo, glándulas suprarrenales, hueso caudal.
CHAKRA 2	Anaranjado	Pelvis inferior, órganos sexuales, sistema inmunitario.
CHAKRA 3	Amarillo	Región del plexo solar, estómago, bazo, hígado, páncreas, riñones
CHAKRA 4	Verde	Región del corazón, sistema circulatorio.
CHAKRA 5	Azul	Garganta, pulmones, oídos.
CHAKRA 6	Añil	Ojos, cabeza, cerebro inferior.
CHAKRA 7	Blanco	Cerebro superior, ojos

Introducción al Descubrimiento del sanador interno

La fantasía o el mito constituyen una herramienta curativa muy poderosa que nos lleva fuera de la realidad ordinaria a un mundo de símbolos que nos ayuda a experimentar las extensiones más vastas del viaje de la vida. Cuando afrontamos enfermedades graves o grandes cambios repentinos en la estructura familiar, necesitamos esta ayuda. En tales mitos, podemos asociarnos con el poder de los dioses, escapar a lo mundano y realizar actos heroicos. He aquí un relato metafórico que le ayudará a destapar un enorme poder curativo e incluso a contestar interrogantes que no conocen respuesta en el terreno de la realidad cotidiana.

[**] *En el sentido horario* se refiere aquí a como si usted estuviera fuera de su cuerpo mirando un reloj en la situación de cada chakra. Esto sirve para los chakras frontales y posteriores. Otra forma de determinar el *sentido horario* consiste en flexionar los dedos de la mano derecha. Luego apunte el pulgar de su mano derecha hacia el chakra. Los dedos flexionados señalan el sentido de giro del chakra. Utilice la mano derecha para la parte frontal y trasera del cuerpo.

En el transcurso de este capítulo hemos conocido al niño interno que ha sido maltratado y herido. Hemos jugado con ese niño y le hemos concedido espacio para la expresión de la vida. Ahora ha llegado el momento de la curación directa de ese niño. Las heridas y enfermedades del cuerpo fisico coinciden con las del niño interno. Cuando empezamos a profundizar en esas heridas, puede resultar una experiencia abrumadora hasta dar con el sanador que tenemos dentro. Junto a nuestro niño interno, llevamos a un sanador interno que es perfectamente capaz de resolver las dificultades con las que nos topamos en la vida. El sanador interno conoce nuestra historia desde el principio, conoce la tarea de nuestra encarnación y combate todos nuestros proble

mas desde esa perspectiva amplia y sabia. Aquí tiene una visualización para descubrir al sanador que lleva dentro. Es un mito o fantasía útil para su curación personal.

* * *

DESCUBRIMIENTO DEL SANADOR INTERNO
Canalizado de Heyoan

Érase una vez, mucho antes del tiempo tal y como lo conocemos ahora, había una chispa de luz en el corazón del divino. Esa chispa del divino estalló en millones de estrellas. Cada estrella recibió un nombre que se escribió en la palabra de Dios. Una de esas estrellas sois vosotros. Siendo estrella, crecisteis, os desarrollasteis y cantasteis para las demás estrellas a través del cielo.

En esa época previa a vuestro nacimiento como seres humanos, conocisteis la luz, el amor y la sabiduría. Al ser nonatos, por supuesto carecíais de cuerpo, por lo que disponíais de una libertad muy considerable. Erais totalmente conscientes de la esencia de vuestro ser. Teníais una enorme libertad para desplazaros por el universo a voluntad. Os desplazabais en la dirección en que os concentrábais. Con vuestra intención, empezasteis a crear cosas. Si sentíais un deseo, lo creabais automáticamente.

Creasteis las piedras y la tierra; árboles y flores; estrellas y planetas; incluso nubes y vientos. Vuestra esencia se movía fácilmente, pasando de una forma a otra. Experimentasteis con ser una nube, una luna, un sol, un pez o un gato. Seguisteis moviéndoos como más os complacía. A medida que pasabais de una forma a otra, creando nuevas formas, os fuisteis identificando lentamente con la forma, y entonces nació la sombra. Os entusiasmasteis tanto con la creación, que la memoria acabó por fallaros y olvidasteis quién erais. Andabais tan ocupados creando, que ni siquiera os dabais cuenta de que empezabais a pensar que erais forma.

La sombra se hizo más oscura, y el dolor surgió de olvidar que el verdadero ser es esencia. El verdadero ser es el creador, lo que está más allá de la forma. Así fue como creasteis la sombra y el dolor. Olvidasteis quién erais. Os escindisteis en dos: la parte que olvidó y el todo que recuerda.

Dentro de cada ser humano, subsiste la chispa de lo divino en todas las células de su cuerpo. Es la esencia del ser. Dentro de esa verdadera esencia de quien sois reside el sanador interno, que detenta todo el poder curativo del universo. El sanador interno recibe un nombre conforme a la palabra de Dios. Ése es quien realmente sois.

Ahora llevad vuestra conciencia a vuestra esencia interna, vuestra energía y vuestra luz, que son absolutamente únicas. Vosotros sois la palabra de Dios manifestada. Llevad vuestra conciencia a la esencia total de vuestro ser, que es el sanador que lleváis dentro. Le habéis sentido durante toda vuestra vida. Los hilos dorados de esta energía se han entretejido en el tapiz de vuestra vida desde antes de que nacierais. Siendo niños ya sabíais, como sabéis ahora, lo que esto significa. Sentid la esencia, la fuerza, que fluyen a través de vosotros. Es vuestra unicidad. Es vuestra belleza. Es vuestro amor. Es la dulzura que era la vida tal y como la experimentasteis siendo niños.

Vuestro poder reside en la dulzura de quien sois. Está en los dulces anhelos que habéis protegido y resguardado de los demás. Sois como una flor que se abre a la luz del sol. Sentid el poder y la naturaleza de vuestra divinidad, distinta a cualquier otra. Ahora arraigadla profundamente en vuestro cuerpo. Esa parte de vosotros todavía puede moverse libremente a través del espacio, el tiempo y otras realidades. Sentíos sumergidos en esa libertad.

Mientras os desplazáis a través del tiempo y el espacio hacia distintos tipos de realidad, oís un grito a lo lejos. Ese grito se intensifica y se hace más audible, y decís: «Oh, ¿qué puede ser?». En ese grito percibís el anhelo de ayuda. Entonces lo vislumbráis y veis un hermoso planeta reluciente, azul y blanco, en el cielo. Os sentís atraídos a ese planeta amado por los gritos de auxilio. A medida que os aproximáis, decís: «¿Qué puedo hacer para ayudar? ¿Cómo puedo responder a ese grito, a esa llamada? ¿Cómo puedo contribuir a curar el dolor que existe en la Tierra?».

Entonces se os ocurre una gran idea. Decidís crear una forma física y sacarla de la Tierra para que arrastre el dolor consigo. Pretendéis utilizar la forma física para curar el dolor.

Os introdujisteis en un diminuto cuerpo físico. Al cabo de unos nueve meses, nacisteis en este mundo como seres humanos. Cuanto más tiempo permanecíais vinculados a ese cuerpo, más borroso se hacía el recuerdo de vuestra esencia original. Siendo niños, y quizá mucho antes que eso, empezasteis a asumir el dolor. Durante la experiencia del dolor, olvidasteis por completo quién erais. Cuando el dolor desaparecía, lo recordabais. Cuando el dolor regresaba, lo olvidabais. El dolor que decidisteis curar se desarrolló en el interior de vuestro cuerpo.

Revisad vuestra infancia. Localizad el dolor más intenso que hayáis soportado durante todos estos años. Junto a ese dolor, encontraréis vuestro anhelo más profundo. ¿Qué es lo que queréis ser? ¿Qué es lo que deseabais ser en vuestra niñez que una y otra vez creísteis que no podríais ser nunca? ¿Queríais moveros por entre las estrellas?

¿Queríais curar a todos los pobladores de la Tierra? ¿Queríais pintar o crear una música hermosa? ¿Qué era lo que deseabais más que nada? Si hubierais podido ser aquello que más deseabais en la Tierra, si cualquier fantasía se hubiera hecho realidad, ¿qué fantasía es ésa? ¿Hasta qué punto la insatisfacción de vuestro anhelo tenía relación con vuestro intenso dolor?

Echad la vista atrás y contemplad vuestra vida. Comoquiera que pasasteis por cada momento de vuestra vida soportando ese dolor, hay un hilo conductor: un ciclo repetido en la espiral de la vida, donde ese intenso dolor de la infancia se ha reproducido una y otra vez en las múltiples experiencias distintas que habéis tenido. Si contempláis todas esas experiencias, encontraréis un hilo común que las une. Cuando encontréis ese hilo común, permitíos empezar a sentir ese dolor. Dejad que vuestro cuerpo experimente ese dolor. ¿Dónde ha afectado a vuestro cuerpo? ¿Cuándo lo sentís en el cuerpo, dónde se tensa vuestro cuerpo?

Ahora explorad todo vuestro cuerpo para determinar dónde ese dolor ha afectado a vuestro ser psíquico, espiritual, mental, psicológico y físico. Ese hilo discurre holográficamente por todas las partes de vuestro ser, y al discurrir a través de vuestro cuerpo incide en lugares concretos que con el tiempo se experimentan como dolor físico. Localizadlo en vuestro cuerpo. Si sois sensible al campo aural, localizadlo en él.

Cuando encontréis ese dolor, en el nivel en que se haya manifestado con mayor intensidad -tal vez un miedo, quizá un problema de relación, o en un trastorno físico, o incluso en vuestra profesión-, planteaos una pregunta: «¿Qué tiene que ver esto con mi anhelo más profundo? ¿Cómo se relaciona este problema concreto con mi anhelo más profundo de quién quiero ser, qué deseo hacer con mi vida, dónde me gustaría vivir?».

La primera tarea que tenéis consiste en curar ese dolor dentro del cuerpo. Porque es a través del dolor en vuestro cuerpo y en la vida como aprenderéis las aptitudes personales que necesitáis para satisfacer vuestro anhelo, sea lo que fuere.

Encontrad ese dolor dentro de vuestro cuerpo y colocad las manos sobre él, sobre lo que habéis soportado durante toda vuestra vida, ese funesto sistema de creencias que contiene el olvido más completo, ese dolor principal e intensísimo, ya esté en vuestro corazón, en el vientre o en la garganta. Colocad ahora la mano en esa zona, y experimentad allí la conciencia que cree en la separación. Es la sombra. Cree que está separada y aislada de todo, aislada y separada sin remedio. Localizad ese dolor que ha permanecido allí desde el principio de tus días, y dejad que la sombra empiece a disiparse.

Entrad en la sombra. Acompañaos al interior de la mazmorra dentro del ser que necesita curación. No neguéis la experiencia humana de ese dolor verdadero desde la perspectiva humana. No es un dolor nuevo. Ha estado allí desde cuando podéis recordar. No es la clase de dolor que desaparece fácilmente, porque está arraigado muy profundamente. Pasad algún tiempo con el dolor.

Luego, cuando estéis listos, llevad vuestra conciencia al sanador que tenéis dentro. Aquí reside vuestra sabiduría. Aquí están vuestro anhelo y vuestra luz, con los que vinisteis aquí para curar el dolor que hay en vuestro cuerpo.

Regresad al dolor y sentidlo. Luego pasad al anhelo y sentidlo también. Volved al dolor y después al anhelo una vez más. Seguid pasando de uno a otro hasta que descubráis la asociación entre ambos, hasta que podáis responder a la pregunta: «¿Qué significa para mí este dolor en mi vida? ¿Qué trata de decirme? ¿Cuál es el mensaje que me envía?».

Mientras sentís ese dolor con vuestras manos, desde la perspectiva humana, preguntad a la esencia del sanador que sois qué debéis hacer. ¿Cuál es la causa más profunda de ese dolor? Pedid ayuda para curar el dolor. Pedid al sanador que lleváis dentro ayuda para curar lo que vosotros habéis sido incapaces de curar en vosotros mismos hasta ahora. Pedídselo sinceramente, y recibiréis una respuesta. Preguntadle específicamente qué podéis hacer. ¿Cuál es la causa? ¿Cuál es el sistema de creencias? ¿Qué debéis hacer a diario?

Dejad que la esencia del sanador que lleváis dentro trabaje a través de vuestras manos para sanar vuestro cuerpo. Sed un canal para curar el ser. Permitid que la luz fluya a través de vosotros.

En cuanto hayáis recibido la máxima información posible, acudid a la realidad espiritual más elevada que conozcáis: vuestro ser superior o vuestros guías. Alcanzad el recuerdo de quien sois desde esa realidad espiritual elevada. Descubriréis que el dolor que hay dentro de vosotros es precisamente el dolor que os atrajo a la Tierra para curarlo mucho antes de que nacierais, cuando erais ese maravilloso ser espiritual. Eso es lo que sois en realidad.

Así pues, tended a esa parte del ser que se ha encarnado para curar el mismo dolor que lleváis dentro y que habéis llevado desde el momento de nacer. Porque ése es precisamente el dolor que habéis venido a curar y sois vosotros quien ha optado por asumir ese dolor y, al hacerlo, decidisteis encarnaros precisamente con las mejores combinaciones de energías, sabiduría y amor para curar ese dolor concreto.

Eso es lo que habéis venido a curar, y estáis perfectamente equipados para hacerlo. Os habéis equipado a conciencia para curarlo. Y ese maravilloso ser espiritual que erais antes de vuestro nacimiento, cuando oísteis los gritos y el anhelo procedentes de la Tierra y fuisteis atraídos hacia ésta, es el sanador que lleváis dentro. Vosotros sois la persona que sabe cómo curar ese dolor mejor que nadie. Ése es vuestro sanador interno. Sed el sanador interno, y curad ese hilo de dolor que habéis arrastrado durante toda la vida. Tocad vuestro cuerpo en los lugares donde sintáis dolor.

Cuando trabajéis en ello, desplazad vuestra conciencia adelante y atrás entre el sanador interno y la persona interna que sufre dolor. Mientras seguís moviéndoos adelante y atrás, empezáis a comprender la relación entre el sanador que lleváis dentro y el dolor que habéis venido a curar. Vosotros habéis arrancado este dolor a la Tierra para transformarlo. Concedeos el tiempo suficiente para finalizar este proceso. Estáis integrando el dolor interno, el anhelo que guardáis en vuestro corazón y el sanador interno que puede curaros.

Dejad que el sanador que lleváis dentro arranque ese dolor y os devuelva a la integridad. Desplazaos adelante y atrás entre el humano con su intenso dolor y el sanador con poder universal. Acercadlos cada vez más mientras os desplazáis adelante y atrás hasta que se unan. Continuad el proceso hasta que os hayáis unido por completo. Cuando consideréis que la unión es completa y se ha estabilizado, quisiera que permanecierais en silencio durante una hora por lo menos. Guardad silencio, sumergíos en la meditación o, simplemente, levantaos e id a dar un paseo por el bosque.

* * *

A medida que pase el tiempo, todo lo expuesto le resultará cada vez más fácil. Después de practicar el amor propio y dejar fluir los sentimientos, es una buena idea observar cómo está cambiando su vida. Efectúe una rápida autoevaluación de lo bien que se ocupa ahora de sí mismo respondiendo a las preguntas que se plantean abajo. Luego proceda a nutrirse en esas áreas de su vida. Si ahora es físicamente incapaz de hacerlo, pida a alguien que le ayude a crear un plan para empezar en cuanto haya restablecido la salud.

Para evaluar el cuidado de sí mismo, pregúntese:

¿En qué áreas estoy alimentado con amor, y en cuáles tengo una deficiencia?
¿Cómo y cuándo en mi vida no me he dado el amor que no sólo necesito, sino que también merezco?
¿Cómo me abandono en lo que respecta a mi propia salud?
¿Qué he estado ocultándome a mí mismo que es posible tener o hacer pero parece haber sido aplazado?
¿Qué quiero realmente de la vida que todavía no he sido capaz de crear?
¿Hay alguna habilidad que siempre he deseado aprender?
¿Cómo puedo aprenderla ahora, o, si no ahora, en cuanto esté mejor?

Capítulo 12
CURACIÓN A TRAVÉS DE LA AUTOCONCIENCIA

La energía asociada con nuestros procesos mentales se encuentra en el tercer nivel del campo aural. Recuerde que en el proceso creativo mediante el cual creamos toda nuestra vida, la energía creativa del núcleo discurre a través del nivel del hara y luego desciende por cada nivel del campo aural en su camino hacia lo físico. En cada nivel, se imbuye del aspecto de la vida humana que existe en ese nivel. En el tercer nivel del campo aural, la energía creativa de nuestro núcleo se imbuye de la mente individual. A través de la mente individual, nos volvemos autoconscientes.

Heyoan afirma que la tarea principal de nuestra mente es enfocar la conciencia. Con nuestra conciencia enfocada, podemos usar nuestras percepciones para diferenciar e integrar toda la información que nos llega. Recibimos lucidez y comprensión de nosotros mismos y de cualquier situación en la que estemos. Entonces podemos adecuarnos a nosotros mismos y a la situación. Diferenciación, integración, lucidez y adecuación son cualidades esenciales para el proceso creativo. Cuando no están presentes, nuestras creaciones resultan no ser como pretendíamos, o bien son incompletas y por tanto incómodas, embarazosas o dolorosas.

En el tercer nivel del campo aural, curar equivale a aumentar nuestra conciencia de cómo creamos el placer y la dicha o el dolor y la enfermedad en nuestra vida. En este nivel, necesitamos la comprensión racional de nosotros mismos y de nuestro cuerpo. Cuando estamos en realidad con nosotros mismos, nos vemos imponernos limitaciones irreales, y vemos cuáles son nuestras verdaderas capacidades. No creamos expectativas irreales de nosotros mismos a partir de nuestra fantasía, por cuanto no creamos decepción.

Para estar en realidad con nosotros mismos, el tercer nivel del campo aural ha de estar sano. Cuando lo está, es de un color amarillo limón intenso, y está limpio y bien estructurado. Es flexible y elástico. Cuando tenemos un tercer nivel sano, el pensamiento se convierte en un proceso espontáneo. Integramos información procedente de los niveles del campo inferiores y superiores al tercero, de un modo que no domina nuestros procesos de pensamiento. En otras palabras, el pensamiento equilibrado permite la entrada de información procedente de nuestras sensaciones físicas y los sentimientos hacia nosotros mismos desde los niveles inferiores del campo. Permite la entrada de información procedente de las relaciones del cuarto nivel del campo para ayudarnos a comprendernos a nosotros mismos y, mediante la conexión con los demás, llenar nuestro pensamiento con amor.

Cuando la energía fluye libremente desde los niveles superiores y espirituales hacia el tercer nivel de la mente divina, del amor y de la voluntad, infunde principios creativos, inspiración, y un modelo de objetivo en expansión en nuestro pensamiento. Convierte nuestro pensamiento en holístico. Entonces podemos comprender y seguir los mensajeros de nuestro sistema de equilibrado para invertir cualquier proceso de enfermedad y crear placer y dicha.

Aclarando sus miedos y prejuicios, podrá apartarlos de su camino para que no interfieran a la hora de elegir un equipo curativo. Si tiene miedo de haber contraído un cáncer, tal vez no acuda a comprobarlo. Por otra parte, podría obligarse a apresurarse sin tomarse tiempo para escoger su equipo. Podría acabar

acudiendo al centro más cómodo y rápido, pero no al mejor. Si se autocritica por pesar demasiado, por ejemplo, tal vez se sienta demasiado avergonzado para pedir ayuda, o puede que incluso niegue que necesita ayuda. Comer en exceso no implica que usted sea malo. Es una defensa emocional. Hay otras muchas razones médicas que justifican el exceso de peso.

Pero ¿hasta qué punto somos racionales? Uno de los mayores problemas que todos tenemos es la propensión a racionalizar. Nos convencemos de que actuamos racionalmente. De hecho, nos servimos de la razón para inventar excusas para una conducta insana que no sigue los dictados de nuestro sistema de equilibrado. Lo que ocurre aquí, desde el punto de vista aural, es que nuestras emociones o nuestra voluntad influyen excesivamente sobre nuestra razón debido a los temores inconscientes.

Cualquier desequilibrio en el tercer nivel, o la integración de toda la información procedente de otros niveles de nuestro ser en el tercer nivel, conlleva la irracionalidad.

Cuando el tercer nivel del campo está rígido e inflexible, pasa del amarillo limón al ámbar. No permite un flujo saludable de información desde los demás niveles del campo, y queda aislado. La consecuencia de esta hiperrigidez es un pensamiento estrecho de miras, un pensamiento desconectado de los aspectos más amplios de la actividad. Crea flujos rígidos de energía que corresponden a definiciones encasilladas de la vida. Este tipo de pensamiento presenta la mente como el principal experimentador de la vida. De hecho, se torna muy irracional en su hiperracionalidad. Este tipo de mente divide e hipercomplica todo, y se considera a sí misma como el maestro.

Por el contrario, el tercer nivel puede adoptar un amarillo muy pálido, volverse demasiado débil, excesivamente flexible y demasiado influido por los demás niveles, sobre todo las emociones. Entonces tenemos dificultades para distinguir el sentimiento exagerado de ese momento de la realidad a largo plazo. Esto da lugar al tipo de fantasía en el que los individuos se imaginan a sí mismos y la vida mucho mejores o peores de como son en el momento presente. Perciben el presente mezclado con un posible futuro que son capaces de crear mediante visualización, automejora y mucho trabajo durante un espacio prolongado de tiempo.

Por supuesto, hay muchas configuraciones distintas en personas diversas en las que el tercer nivel está sobreinfluido por determinados niveles del campo e infrainfluido por otros. Es importante que averigüemos cómo y por qué nos volvemos irracionales. Es importante que descubramos por qué racionalizamos, cuáles son nuestras racionalizaciones, qué efecto tienen, y qué hay debajo de esas racionalizaciones.

Las «razones porque no» del monito borracho

Hace unos años, asistí a un cursillo sobre planificación organizativa. El conferenciante nos dijo que, en los negocios, u obtienes los resultados que quieres u obtienes «razones porque no». En realidad, sólo hay dos categorías. Nuestras «razones porque no» son una forma engañosa de negación que aplicamos a todos los ámbitos de la vida. Nos proporcionan excusas, coartadas, racionalizaciones, justificaciones o historias para explicar por qué no conseguimos los resultados que queríamos. Nuestra mente es muy hábil a la hora de darnos «razones porque no», y de alguna manera nos convencemos de que nuestras «razones porque no» son casi tan buenas como los resultados que perseguíamos.

Las «razones porque no» sirven para refugiarnos en la negación. Gracias a ellas, evitamos algo en nosotros, algo que tememos. Contrariamente, no tendríamos necesidad de esas «razones porque no». Simplemente, diríamos que no teníamos intención de hacerlo, sea lo que fuere.

Los místicos orientales denominan la parte de nosotros de donde emanan las «razones porque no» el «monito borracho». Todos escuchamos al monito borracho que hay en nuestra mente cuando necesitamos una «razón porque no», sobre todo cuando hemos decidido seguir una dieta o un programa formal de ejercicios, o emprender una actividad distinta como puede ser el estudio de una nueva disciplina. Sea cual fuere nuestro compromiso, el niño caprichoso que llevamos dentro todavía «quiere lo que queremos cuando lo queremos». Es entonces cuando acudimos inconscientemente al monito borracho para que nos facilite algunas buenas racionalizaciones que nos ayuden a conseguirlo.

El monito borracho estará encantado de darnos todas las razones por las que el hecho de comer sólo una tableta de chocolate no tiene importancia. Aun así, proclamamos que seguimos la dieta. No admitimos que, en realidad, no la seguimos. O bien la abandonamos para tomar un tentempié, y luego regresamos a ella. De hecho, aunque pensemos que hemos estado sometidos a dieta durante días, ¡quizá sólo la hemos seguido durante unas horas! Los fumadores suelen encender otro cigarrillo al mismo tiempo que anuncian que han dejado de fumar. Yo incluso he oído decir a algunas personas: «He dejado de fumar. Ahora sólo consumo un paquete al día». El monito borracho nos facilita la negación. Estará encantado de decirle que saltarse un día de ejercicio no tiene importancia.

Claro que muchos de nosotros seguimos saltándonos más días de ejercicio una vez que hemos alterado nuestro programa. El monito borracho es lo bastante prudente como para no mencionar eso. De hecho, si nos olvidamos por completo de hacer ejercicio durante unos meses, él no nos lo reprochará. Cuando nos acordamos o alguien nos lo recuerda, el monito borracho se pone manos a la obra y nos suministra una lista interminable de «razones porque no». Algunas de las más socorridas son:

«No tengo tiempo.»

«Estoy demasiado ocupado.»
«No sé cómo hacerlo.»
«Lo dejaré si tú lo dejas.»
«Bueno, tú no lo dejaste; no voy a hacerlo yo.»
«Él/ella me obligó a hacerlo/no hacerlo.»
«Estoy demasiado débil.»
«Me trae sin cuidado.»
«No tendrá importancia.»
«Soy demasiado estúpido.»
«No soy lo bastante bueno.»
«No supe.»
«No sabía que hubiera una ley, o un límite de velocidad, o un toque de queda.»

Por lo general, seleccionamos algunas «razones porque no» de nuestro gusto y las utilizamos para todo. Nuestras «razones porque no» funcionan holográficamente a través de todos los aspectos de nuestra vida. Cuando empleamos una «razón porque no» en un área concreta, se aplica automáticamente a todas las demás áreas de la vida. Es habitual. Por ejemplo, en el área del cuidado personal, quizá «no tenemos tiempo» para hacer ejercicio o para cocinar, de modo que «tendremos que» comer cualquier porquería. En otro aspecto de nuestra vida, tal vez «no tenemos tiempo» de responder el correo, llamar a la gente, cancelar el talonario, terminar un proyecto en el trabajo, etcétera.

Nuestra negación, en forma de las «razones porque no», de la necesidad de ocuparnos de nuestra salud adopta también una gran variedad de alegatos. Pongamos por ejemplo que hace algún tiempo que no nos sentimos bien y no hemos hecho nada al respecto. Nuestras «razones porque no» pueden ser parecidas a éstas:

«A fin de cuentas no me ocurre nada malo.»
«Si lo ignoro, terminará por marcharse.»
«El médico me hará daño.»
«Ya me curaré.»

Pero, entonces, nunca emprendemos la tarea de realizar una autocuración regular porque no disponemos de tiempo.

El rechazo o la negación nos mantiene alejados del miedo. Nos ayuda a eludir el enfrentamiento con nuestro tigre interno. Por desgracia, también nos mantiene desconectados de nuestro sistema de equilibrado y, en consecuencia, probablemente nos veremos abocados a la enfermedad. Para restablecer el contacto con nuestro sistema de equilibrado, debemos afrontar el miedo. Debemos volvernos y dar la cara al tigre interno.

Ejercicio para descubrir el miedo que le impide escuchar su sistema de equilibrado

Tras pasar algún tiempo aprendiendo a identificar ese monito borracho en su cabeza, permítase descubrir el miedo que él le ayuda a negar. Esto le ayudará a distinguir la diferencia entre él y los mensajes de su sistema de equilibrado. Recuerde que la negación es la primera fase de la curación. Es necesario abandonar la negación para acceder al siguiente paso en el proceso curativo. Aquí tiene una buena forma de hacerlo.

En el capítulo 10 revisamos las áreas del autocuidado físico diario y elaboramos una lista de preguntas que plantearse a sí mismo sobre el cuidado de su cuerpo fisico y de su campo aural. Repase esa lista y fíjese en las áreas en las que tiene más dificultades. Ahora haga una lista de cinco columnas, como se ilustra en la figura 12-1. En la primera columna, anote los mensajes de su sistema de equilibrado, o las áreas de autocuidado fisico con las que tiene dificultades. Luego pregúntese por qué no es capaz de cuidar de sí mismo de ese modo. La segunda columna recoge el resultado deseado que obtendría si cuidara de sí mismo del modo que ha anotado. Si se pasara la seda dental a menudo, por ejemplo, tendría unos dientes y unas encías más sanos. En la tercera columna, escriba las «razones porque no» del monito borracho para cada una de las dificultades que ha anotado. Por ejemplo, quizá no se pasa la seda dental por la noche porque está demasiado cansado. Por la mañana, es probable que no tenga tiempo.

La cuarta columna recoge la verdad holográfica. Si revisa las otras áreas de su vida, observará que habitualmente aplica su pretexto favorito a todo lo demás. De esta forma, se convierte en holográfico.

Comprendo que es posible que no tenga tiempo de realizar determinadas actividades porque debe ocuparse de sus hijos o por causa de su trabajo. Pero es cuestión de que opte por equilibrar su vida según lo que usted quiere. Obviamente, todos tenemos que tomar decisiones para dar respuesta a todas nuestras necesidades. Pero le apuesto a que utiliza el mismo «no tengo tiempo» con sus hijos o en el trabajo para eludir ciertas actividades. Quizá el cuidado de sus hijos es su excusa para no ocuparse de sí mismo. O puede que utilice el trabajo como pretexto para no procurarse placer de otras maneras que necesita. En ese caso, usted recurre a otra «razón porque no» para evitar algo que lleva dentro.

Así pues, para rellenar la cuarta columna, revise su vida. ¿En qué otras áreas utiliza esta excusa? Obsérvese mientras se pasa el día usando su «razón porque no» para evitar afrontar o hacer algo en distintas áreas de su vida; por ejemplo, con su cónyuge y sus hijos. ¿Para qué otras cosas no tiene tiempo o está demasiado cansado? ¿Para jugar con sus hijos? ¿Para hacer el amor? Fíjese en que utiliza la misma excusa en múltiples áreas de su vida. Enumere todos los demás aspectos de su vida en los que emplea su pretexto favorito en la cuarta columna.

Figura 12-1: Tabla para descubrir el miedo subyacente a sus "razones porque no"

Mensaje del sistema de equilibrado	Resultado deseado	"Razones porque no"	Otras áreas afectadas	Miedo evitado
________________	________________	________________	________________	________________
________________	________________	________________	________________	________________
________________	________________	________________	________________	________________
________________	________________	________________	________________	________________
________________	________________	________________	________________	________________
________________	________________	________________	________________	________________
Ejemplos de autocuración:				
Roger: el dolor en la espalda inferior	Librarse del dolor; descansar	"Estoy demasiado ocupado para recibir ayuda"	Incapacidad para terminar el trabajo en todas las áreas	Miedo al fracaso y al éxito; miedo a las críticas
Emily: quistes y dolor en los pechos; momento para un chequeo	Eliminar los quistes y el dolor	"No debería ocurrirme a mí. No confío en los médicos"	Sensación de malestar general; falta de honradez en todas las áreas	Miedo al cáncer y a sus tratamientos; miedo a la muerte
Ejemplos de otros aspectos de la vida:				
Par: sin tiempo para el ocio	Diversión; placer	"Estoy demasiado ocupada"	Relaciones íntimas	Mieod a verse condenada al ostracismo
George: creatividad bloqueada en la pintura artística	Pinturas hermosas; reconocimiento de su trabajo	"No soy lo bastante bueno. Soy demasiado perezoso"	Despreciar todo lo demás por no estar lo bastante bien hecho o por no ser importante	Miedo a sentirse a sí mismo; miedo a las críticas; miedo al ser profundo que saldría en el trabajo

Cuando se observe utilizando su excusa en las demás áreas de su vida, pregúntese: «¿A qué tengo miedo?». Deje que esta pregunta incida en su interior, y permanezca unos minutos con sus sentimientos. Siga profundizando en éstos hasta que sienta el miedo. ¿Qué teme afrontar? Anote este miedo en la quinta columna. Explore todas las áreas de su vida que estén afectadas por ese miedo. El miedo que usted evita afrontar afecta todos los aspectos de su vida de alguna manera. Descubrirá su efecto más intenso en las áreas que están insatisfechas y le plantean problemas. Investigue el vínculo entre esas áreas y su miedo. Permítase sumergirse en sus sentimientos al respecto.

Para ilustrar cómo funciona, fijese en los ejemplos que presenta la figura 12-1.

Roger, un obrero de la construcción, sufría un dolor de espalda crónico a partir de una antigua lesión que nunca se dio la oportunidad de curar. Cada vez que le dolía la espalda, lo ignoraba, confiando en que el dolor se disiparía. Sabía que lo único que podía hacer era acostarse durante unos momentos, y el dolor desaparecía. Su «razón porque no» era que estaba demasiado ocupado. Tenía que trabajar. Era el sostén de su familia y estaba orgulloso de ello.

Siguió ignorando los mensajes de dolor procedentes de su espalda. El dolor empeoró. Por último, un día intentó levantar una maleta muy pesada. Al día siguiente no podía moverse, y tuvo que guardar cama durante dos semanas. Su cuerpo le había concedido dos semanas para permanecer quieto y sentirse. Cuando lo hizo, estableció contacto con sentimientos que no sabía que tuviera. Sentía un miedo enorme de que, si no se levantaba para ir al trabajo, su familia le abandonaría. Temía que le criticaran por ser un holgazán y quedarse en la cama. Sabía que ese miedo era irracional porque realmente no podía moverse, pero existía de todos modos. Entonces cayó en la cuenta de que sus padres siempre habían criticado a su hermano mayor por ser un holgazán. Recordaba la decisión infantil que había tomado de no ser nunca como su hermano. ¡El sería un machista! Así pues, para afrontar su miedo infantil y curarse la espalda, tenía que dejar de ser un machista.

Las dos semanas que Roger pasó en la cama le llevaron a admitir que debía dejar de ser machista. Lo primero que hizo fue aceptar que su espalda necesitaba cuidados. Se tomó tiempo para averiguar cómo curar-

la. Descubrió algunas extensiones y ejercicios de espalda muy básicos, y los practicó regularmente. Acudió a un sanador. Durante muchos meses, llevó buen cuidado de no levantar objetos pesados. Cuando realizaba una actividad fisica, se acostaba y se aplicaba hielo en la espalda durante diez minutos. Comía sólo cuando sentía hambre, porque sabía que un índice bajo de azúcar en la sangre incrementa las posibilidades de reincidencia.

Esta curación afectó otra área de la vida de Roger: su relación con su hermano. Ahora pudo abandonar sus prejuicios sobre la supuesta holgazanería de su hermano y mejorar su relación con él.

El siguiente caso tiene como protagonista a una mujer a la que llamaré Emily, una fisioterapeuta con muchos clientes privados. Emily tenía bultos en el pecho, pero se resistía a hacerse una mamografía porque «no puedo contraer un cáncer porque sigo una senda espiritual». Añadía que no confiaba en los médicos. Pero, sin duda, tenía miedo de contraer un cáncer de mama. Como consecuencia de su actitud reacia, experimentaba una constante sensación de temor y mala salud. Poseía también una vaga sensación de falta de honradez y culpabilidad, puesto que era una profesional del cuidado de la salud. Proyectaba la culpabilidad por su falta de honradez hacia el médico a través de su mensaje de desconfianza.

Cuando finalmente acudió, resultó que no era cáncer. Sus sentimientos de miedo, mala salud, falta de honradez y culpabilidad se desvanecieron. Como consecuencia, reunió mucha más energía vital y se sintió mejor consigo misma, sobre todo en su trabajo. Entonces, Emily pudo ver en qué otros ámbitos de su vida no había sido honrada consigo misma. Abandonó el exceso de trabajo con sus clientes, que le había proporcionado la excusa de que, puesto que trabajaba para curar a la gente y seguía una senda espíritu-al, no podía contraer el cáncer. De hecho, había utilizado el exceso de trabajo como pretexto para no ocuparse de sí misma. Descubrió que los quistes que tenía en los pechos eran el símbolo de que no alimentaba a su niña interna. Cuando empezó a alimentarse, se sometió a una dieta baja en grasas. Entonces los quistes de sus pechos comenzaron a reducirse. (Tenga en cuenta que los pechos alimentan al niño. Cuando Emily alimentó a su niña interna, la enfermedad de sus pechos desapareció.)

Así pues, desde la perspectiva más amplia, los bultos en los pechos de Emily eran consecuencia de su incapacidad o desgana de cuidar de sí misma. También de su adicción al trabajo, que utilizaba como excusa para no ocuparse de sí misma. El miedo, el sentimiento de falta de honradez y la culpabilidad resultantes eran tan sólo una parte del precio que tuvo que pagar en el nivel emocional. La otra parte era que ejercía una profesión que no era adecuada para ella. El hecho de no alimentar a su niña interna le impedía conocerse más profundamente. Cuando dedicó más tiempo a su niña interna, cambió de profesión. Continuó en el campo del cuidado de la salud, pero recibía a menos gente en privado y podía ayudar a más personas a través de la enseñanza.

Ejercicio para eliminar la negación subyacente a sus «razones porque no»

Puede volver a utilizar la figura 12-1 para realizar el mismo ejercicio para cualquier área de su vida en la que tenga dificultades, ya sea su profesión, sus relaciones o su ocio. Aplique el mismo principio. En la primera columna, anote el ámbito que le plantea dificultades. En la segunda, describa qué es lo que quiere. Aporte sus «razones porque no», y luego encuentre las demás áreas afectadas y el miedo que trata de evitar. En cuanto descubra el miedo, afróntelo y elimínelo al sentirlo; ya no necesitará su negación para nada.

Una mujer llamada Pat no dispone de tiempo para divertirse. Su «razón porque no» es que anda demasiado ocupada. Otras áreas de su vida se ven afectadas: posee muy pocos amigos íntimos y es una mujer solitaria. Sus temores subyacentes apuntan a estar condenada al ostracismo y al miedo a la intimidad. De niña, no la dejaban jugar con los otros niños del barrio. Pat se sentía condenada al aburrimiento, ya que nunca hacía amigos. Ahora le ocurre lo mismo. En cuanto aprende

que el miedo se oculta debajo de su negación, puede afrontarlo emprendiendo relaciones de una forma intencionada y regular. Esto puede resultar muy intimidador para ella al principio, y probablemente se sentirá rechazada y condenada al ostracismo varias veces durante el proceso de aprendizaje. Pero con la práctica se llega lejos. Se abrirá toda una nueva área de su vida ante ella. Encontrará la clase de gente que le gusta y los tipos de intereses que desea compartir con los demás. Empezará a obtener un gran placer de las relaciones y encontrará tiempo suficiente para ellas. A la larga, es probable que incluso llegue a establecer una relación íntima.

En otro ejemplo, George quiere pintar, pero se resiste a hacerlo con la excusa de que no es lo bastante bueno o es demasiado holgazán. Otras muchas áreas de su vida se ven afectadas por esta actitud. Considera que nada es tan importante como pintar. En consecuencia, todo lo que consigue no es satisfactorio porque carece de valor, aunque lo haga bien. George se considera un holgazán en otros ámbitos de trabajo. Debajo de todo esto se oculta su miedo al fracaso y a las críticas y, más importante aún, el temor a su ser más profundo, que se manifestará durante el acto creativo de pintar.

Para tener éxito en ese acto creativo, hay que alcanzar un libre flujo de energía. La única manera de obtener un libre flujo de energía consiste en soltarlo todo, incluida la conciencia negativa que está encerrada en la energía bloqueada del campo aural. Es por ello que se considera que muchos artistas y escritores son excéntricos o tienen un comportamiento inaceptable. No viven en el ser enmascarado de la conducta socialmente aceptable. No resulta posible ser creativo y comportarse así. En la película *Amadeus,* el compositor Salieri es-

taba asombrado por el comportamiento ofensivo de Mozart y no podía conciliarlo con la belleza de la música de éste. Lo que Salieri no acertaba a comprender era que la manera en que Mozart mantenía el flujo de su fuerza creativa era su conducta ofensiva. Era la forma en que Mozart expresaba su vertiente negativa.

Ahora, a través de las terapias expresivas, disponemos de métodos mejores para alcanzar libres flujos de energía, aunque muchos artistas del pasado no los conocieron. En la terapia, la expresión de la conciencia negativa tan sólo requiere unos minutos y no hay necesidad de exteriorizarla. En las terapias expresivas, la gente puede gritarle a una almohada, golpear una almohada con los puños o cortar leña mientras proclama las cosas horribles que le gustaría hacer.

Muchas veces, las expresiones indefensas de la gente creativa son consideradas por la sociedad como un comportamiento ofensivo o peligroso. Las más de las veces, ese comportamiento no es nada perjudicial, pero viola las normas sociales que controlan a las personas y ejercen el poder sobre ellas. La violación de las normas asusta a la gente porque inicia el proceso de transformación y la disolución de la máscara, lo que conduce al descubrimiento del intenso dolor interno. Lo que muchos no entienden es que la curación del dolor revelado contribuye á su luz y poder personal. El dolor debe desenterrarse para poder curarlo. Es el mismo principio que abrir un furúnculo para poder limpiar la infección. Desgraciadamente, la mayoría de la gente no lo sabe, y por lo tanto considera que el comportamiento que tiende a la disolución de la máscara es peligroso.

George está en proceso de establecer contacto con su negación y expresar el miedo y la ira que se ocultan debajo. En cuanto empiece a expresar el miedo y la ira, será capaz de empezar a pintar. Mientras siga entregándose a la fuerza creativa que lleva dentro, no sólo evolucionará su arte, sino que cada fase del mismo exteriorizará más miedo y rabia. A medida que George elimine el miedo y la rabia de su sistema, extraerá más fuerza creativa para poder pintar más.

George podría incluso tener miedo al éxito. Por esta razón, cuanto más pinte, más tendrá que sacar para mantener el flujo de las energías creativas. También puede sentir temor de lo que podría hacer con el poder en el caso de obtener mucho éxito. El aumento de poder en el mundo implica un aumento del poder que fluye a través del campo energético. Cuanto más intensa es la energía/poder que circula a través del campo, más se libera la energía negativa que está profunda y firmemente contenida en el campo. La única forma de manejar el poder correctamente consiste en ir despejando la energía-conciencia negativa que emana de los niveles cada vez más profundos del campo (y del subconsciente) a medida que fluye el poder aumentado.

Este ciclo progresivo continuará en tanto que George siga descargando. Su creatividad no se agotará nunca. Naturalmente, el proceso de descargar la negatividad se hará más fácil y rápido con los años y adoptará nuevas formas, porque tan pronto como algo se vuelve habitual, pierde su propiedad catártica. Si una parte de la ira de George tiene como objetivo a su madre, llegará un momento en que su expresión se volverá habitual. Cuando esto ocurra, podría perfectamente utilizarla como una defensa contra lo que se oculta debajo. Entonces será la hora de modificar su expresión y acceder a nuevas áreas de su psique que son, quizá, aún más intimidadoras y desconocidas para él.

Un sanador que trabaje con George en este proceso le ayudará a despejar su campo mediante técnicas curativas que no están al alcance de muchos terapeutas. El sanador elimina bloqueos que no salen durante el trabajo expresivo, cargando zonas que deben cargarse y reconstruyendo partes del campo que están deformadas. El sanador le enseña también a detectar las deformaciones y los bloqueos producidos en su campo por la negación y las actitudes defensivas, y a restablecer el funcionamiento normal del campo. De este modo, su proceso será mucho más rápido.

Cada vez que George pase por un nuevo ciclo de su actividad pictórica, liberará creatividad en otras áreas de su vida, como en el trabajo y en sus relaciones. Considerará su trabajo en una galería más interesante. Quedará sorprendido y feliz al constatar que su capacidad de mantener niveles más profundos de intimidad también aumenta. Gran parte de su negación -y del viejo miedo y rabia que se interponían entre él y el resto del mundo- ha desaparecido.

Si no ha intentado nunca liberar su energía negativa, le sugiero que lo pruebe con la ayuda de un sanador o un psicoterapeuta corporal. Resulta muy efectivo a la hora de emprender esta fase del proceso de descarga. En cuanto conozca la técnica de liberar los sentimientos negativos y por tanto la energía-conciencia negativa encerrada en su campo, podrá hacerlo por sí mismo cuando lo necesite sin la ayuda de un terapeuta. Asegú

rese de tener las ventanas cerradas. No hará daño a nadie, pero favorecerá el flujo de los jugos. Si se maneja correctamente, la energía liberada se transformará muy pronto en grandes cantidades de amor.

Figura 12-2: Tabla para aclarar sus prejuicios y sus efectos

Autocrítica	Qué haría	Buenos sentimientos	Voz paterna	Miedo evitado	Otras áreas afectadas
__________	__________	__________	__________	__________	__________
__________	__________	__________	__________	__________	__________
__________	__________	__________	__________	__________	__________
__________	__________	__________	__________	__________	__________
__________	__________	__________	__________	__________	__________
__________	__________	__________	__________	__________	__________
Ejemplos:					
Roberta: estoy demasiado gorda	Estar más libre en mi cuerpo; ser más sociable; sentirme sexy; relaciones íntimas en la vida	Sentirme bonita; sentirme enérgica; sentirme bien conmigo misma; quiero sexo	"¿Quién crees que eres?" "Eres arrogante. Los demás lo sabrán"	Miedo a llamar la atención; miedo a la sexualidad	Reprimir sentimientos sobre sexo y la creatividad en todos los aspectos de la vida; no recibir nutrición en el aspecto sexual
Terry: nunca tendré un hombre/una mujer	Casarse, tener hijos, un hogar	Sentirse llena, feliz, enérgica	"Él/ ella me traicionará y se lo llevará todo"	Miedo a las relaciones íntimas; miedo a compartir; miedo a la traición	No a las relaciones íntimas con hombres/ mujeres en otras áreas de la vida

Ejercicio para aclarar sus prejuicios y sus efectos

Ahora seamos más claros respecto a las áreas en las que no se quiere a sí mismo y tiene prejuicios. Esta vez confeccionaremos una tabla con seis columnas, como se muestra en la figura 12-2. Haga una lista de todas las autocríticas que surgieron mientras realizaba los ejercicios de amor propio ante el espejo que se describen en el capítulo 11. Anótelas en la primera columna. En la segunda, haga una lista de todas las cosas que haría o sería si esas autocríticas no fuesen verdad. Ahora imagínese a sí mismo haciendo esas cosas. Le hará sentirse bien. Enumere esos sentimientos positivos en la tercera columna.

Siga con el ejercicio y profundice en sus sentimientos. Si lo hace, sus sentimientos positivos disminuirán y llegará un momento en que sentirá miedo. Es posible que, al principio, esto no tenga sentido para usted, pero insista en ello: ya verá como sí lo tiene. Dentro, encontrará sus voces paternas interiorizadas,'voces de otras autoridades de su infancia, o la voz de su propio niño interno, que le dan advertencias negativas. Esas voces reflejan sus conclusiones negativas sobre la realidad, que se denominan «imágenes negativas» o «creencias negativas». Le advierten de las funestas consecuencias que podrían suceder si sigue experimentando el placer de satisfacer sus anhelos.

Recuerde que esas voces proceden de su ser enmascarado, y que su objetivo original consistía en hacer de usted un niño bueno y a salvo; esto es, a salvo según su interpretación infantil de lo que sus padres y otras personas le decían que le mantendrían a salvo. Puede que esto no tenga nada que ver con la realidad.

Si todavía no siente el miedo, insista. Con el tiempo, esas voces terminarán por asustarle porque le recuerdan constantemente lo peligrosa que es la vida. Le dicen lo que debe hacer para mantenerse a salvo. La pega es que usted no puede hacer todo lo que le dicen que haga. Por lo tanto, ¡no está a salvo! Cuando descubra el miedo, anótelo en la quinta columna.

Tal y como vimos en el capítulo 1, sus voces paternas interiorizadas le mantienen a salvo de una manera distinta. Le mantienen a salvo de sentirse herido. Por desgracia, también le mantienen a salvo de su energía creativa. Si escucha y obedece sus voces negativas interiorizadas, su energía creativa permanecerá encerrada en su ser enmascarado. Si no hace caso de esas advertencias, liberará energías procedentes de su interior que no ha experimentado en mucho tiempo, tal vez desde su infancia. Puede llegar a ser como los artistas que hemos comentado anteriormente. Puede que descubra su herida y tenga que dirimir con su rabia y dolor más profundos. ¡Pero eso liberará su vida!

Además de esto, puede que sus acciones no tengan en cuenta las máscaras de los demás. Usted podría asustarles e irritarles. No le estoy sugiriendo que exteriorice sus sentimientos negativos o los vierta sobre alguien. Lo que digo es que debe reivindicar su independencia. Tal vez le conviene dejar de reprimir sus ac-

ciones por temor a lo que piensen los demás. Puede abandonar su trabajo si no es adecuado para usted, o incluso anular su matrimonio si no le aporta nada.

La figura 12-2 presenta también un par de ejemplos de los efectos negativos de los prejuicios y las recompensas de desprenderse de ellos. La autocrítica de Roberta era: «Estoy demasiado gorda». Este prejuicio hacía que se sintiera peor consigo misma, lo que la inducía a comer más. Cuando intentó someterse a dieta, surgió una voz que dijo: «No puedes obligarme». Había dado con su rebeldía. Cuando trabajó con esto en sus sesiones, descubrió que, en su juventud, sus padres habían tratado de ponerla a dieta. Resultaba que, desde su perspectiva, sus padres intentaban obligarle a hacer muchas cosas. Comer suponía una forma de reivindicar su libertad. El problema era que, a medida que crecía, perdía la capacidad de ver la diferencia entre lo que ella quería hacer y lo que sus padres querían que hiciera.

Después de dedicar algún tiempo a conocer a su niña interna, Roberta empezó a poder distinguir entre lo que hacía por sí misma y lo que hacía por rebeldía. Decidió que quería de veras perder peso porque consideraba que así sería libre en su cuerpo, más sociable y menos defensiva.

Roberta se sometió a dieta. A medida que perdía peso, empezó a sentir que era bonita, fuerte, buena y sexy. Entonces se produjo la crisis curativa. Sus voces paternas interiorizadas, voces de su ser enmascarado, le gritaban más prejuicios: «¿Quién crees que eres?», «Eres arrogante» y «Los demás sabrán que lo que buscas es sexo». Sintió miedo y, en su miedo, empezó a comer de nuevo. Las voces se fueron acallando a medida que ella volvía a recuperar peso. En sus sesiones terapéuticas, Roberta trabajó con su aumento de peso e identificó su miedo. Restableció la dieta y siguió afrontando el miedo en el transcurso de sus sesiones. Debajo del miedo se ocultaban temores más profundos: el miedo a llamar la atención; el miedo a su propia energía y a lo que podía hacer con ella; y el miedo a su sexualidad. (Estos miedos constan en la quinta columna.) Sus temores más profundos afectaban otras áreas de su vida en las que guardaba sentimientos, su sexualidad y su fuerza creativa. Cuando afrontó sus miedos, fue capaz de aceptar su sensibilidad al estar con otras personas, por lo que ya no le asustaba tanto ser el centro de atención. Encontró más placer en su sexualidad y perdió mucho peso. Probablemente, el efecto más espectacular de todos fue el florecimiento de su creatividad. Roberta se convirtió en una prolífica pintora.

El segundo ejemplo, el de Terry, es común en hombres y mujeres, por lo que está destinado a ambos sexos. Esas personas han permanecido solteras durante mucho tiempo o se han divorciado. La primera autocrítica es que nunca llegarán a casarse. Temen que no se presente nunca la pareja adecuada. Simplemente, no la encontrarán, y no pueden hacer nada al respecto. Anhelan una vida en familia y con hijos. Se imaginan que eso les proporcionará una sensación de satisfacción, felicidad y poder. Por más personas que lleguen a conocer, la apropiada nunca aparece. Tan pronto como empiezan a intimar, todas las voces paternas internas advierten sobre la traición y la pérdida. Es entonces cuando esos hombres y mujeres encuentran algo malo en la persona que han conocido, y llegan a la conclusión de que no iba a ser el cónyuge que les convenía. Si tales personas siguen una terapia, descubrirán un miedo a la intimidad muy arraigado. Su prejuicio de que nunca encontrarán un cónyuge es en realidad la negación de su intenso miedo a la intimidad. Hasta que afrontan ese miedo, esos individuos nunca se relacionan lo bastante con nadie en su vida cotidiana como para propiciar la intimidad.

Ejercicio para descubrir la verdad subyacente a sus prejuicios

Ahora puede ver que utiliza sus prejuicios para eludir su miedo. Ingenioso, ¿verdad? ¡Es incluso más ingenioso de lo que creía! Sus prejuicios son, en realidad, «razones porque no». Ahora, usando la figura 12-2, titule las columnas primera y cuarta «Razones porque no», y la segunda, «Resultados deseados». La próxima vez que tenga prejuicios, tome conciencia de que no son más que «razones porque no» disfrazadas.

Si tiene prejuicios ante la posibilidad de acudir a un médico o un sanador para obtener ayuda, probablemente son «razones porque no» que le desaconsejan ir y confiar su problema en manos ajenas. Algunas «razones porque no» comunes que adoptan la forma de prejuicios son:

«Sólo soy un hipocondríaco.»
«No puedo soportar ni el más mínimo dolor.»
«Soy un cobarde.»
«No volveré a molestar al médico con mis insignificantes molestias. »

Ocultan el miedo a afrontar la verdad de su situación para poder hacer algo al respecto.

Con la ayuda de estos ejercicios, podrá parar los efectos negativos de sus temores en sus procesos racionales y acceder a la lucidez. Una vez que haya abandonado su actitud negativa, haya acudido a un médico o un sanador y haya recibido un diagnóstico o una descripción de su enfermedad, deberá repetir el proceso. Recuerde que este proceso será aún más dificil en cuanto alguien le haya dicho que tiene algo malo, sea cual fuere el lenguaje que emplee. Si usted se siente muy mal fisicamente, está desorientado o no dispone de mucha energía, le resultará todavía más duro. Búsquese a alguien que esté cerca de usted para ayudarle.

Procure utilizar las tablas de las figuras 12-1 y 12-2 para que le ayuden a escoger su equipo de profesionales del cuidado de la salud. Las tablas contribuirán a convertir la información práctica en algo muy valioso. En

cuanto disponga de la información que necesita, podrá clasificar sus «razones porque no», saber qué hacer y determinar una actuación apropiada para manejar su enfermedad.

Cómo alcanzar una comprensión racional de su enfermedad y su proceso curativo

En el capítulo 8 comentamos la importancia de saber qué ocurre en su cuerpo y campo aural, y de conocer las distintas modalidades de tratamiento disponibles. Es útil hacer esto antes de caer enfermo. Pero si usted ya está enfermo cuando lea estas líneas, ahora es el momento de entender la mecánica de su afección y del proceso curativo que optará por seguir. Todas estas cosas le ayudarán a concentrarse y a entregarse a su proceso curativo.

Por ejemplo, si le duele la espalda y sabe que deberá pasar dos semanas en cama, será capaz de rendirse a esa perspectiva. Será mucho más capaz de utilizar su tiempo para profundizar en su interior para curarse del problema más profundo que subyace al dolor de espalda. En caso contrario, a los pocos días, cuando sienta su espalda mejorada, podría asumir que ya está sano y abandonaría el reposo. Ésa es una buena manera de reincidir en su dolencia.

Por supuesto, es importante saber que el proceso curativo de cada individuo avanza a su propio ritmo. Su médico o sanador sólo puede facilitarle algunas orientaciones generales para ayudarle a hacerse una idea de lo que le espera. Y lo que le espera es su propia experiencia a su propio ritmo. Ninguna información que reciba sobre cómo será su proceso curativo, y cuánto tiempo durará, es una garantía de que vaya a ser así. Esa información describe cómo es habitualmente. Es muy importante no formarse expectativas rígidas sobre cómo será su experiencia. Esto podría ser motivo de preocupación en el caso de que la realidad no se ajustara a sus expectativas. La idea consiste más bien en poder tener una perspectiva general de su presunto proceso curativo para que pueda ajustar su vida en función de él.

Localización de los profesionales del cuidado de la salud disponibles

No olvide que siempre es mejor saber cómo conseguir información sobre la enfermedad y las distintas clases de métodos para tratarla antes de caer enfermo. Si no desea gastar su tiempo en esto, al menos establezca algunas conexiones con personas que sepa que tienen acceso a dicha información, por si la necesitara algún día. Le sugiero que se busque un médico de cabecera y se someta a un chequeo anual, en el transcurso del cual tendrá ocasión de conocerle. Averigüe los hospitales que prestan asistencia en la zona donde reside. Indague un poco sobre qué otros métodos de tratamiento -como la acupuntura, homeopatía, terapia de tejidos profundos, psicoterapia corporal y naturopatía- hay disponibles en su comunidad. Revise todas las posibilidades de cuidado profesional de la salud. Viene a ser un poco corno hacerse un seguro o seguir un cursillo de primeros auxilios. En el apéndice B encontrará una lista de posibilidades y cómo localizarlas en su zona de residencia. Expone también lo que pueden hacer por usted.

Si se pone enfermo, además de acudir a su médico le recomiendo que recurra a orientación nutritiva, algún tipo de trabajo corporal, como la curación con imposición de manos, y alguna asistencia terapéutica para tratar los aspectos psicológicos de su afección. Así pues, conviene contar en su equipo curativo con al menos cuatro profesionales que estén dispuestos a cooperar juntos.

Las enfermedades se describen de formas distintas según la disciplina utilizada. Para que tenga una visión más amplia del proceso patológico que se produce en usted, le sugiero que lea sobre él a la luz de cuatro disciplinas principales, como mínimo. La bibliografía contiene lecturas recomendadas sobre las diversas disciplinas que describen la enfermedad desde distintos puntos de vista.

Ahora que ya sabe a quién consultar, dónde encontrarles y cómo describen la enfermedad, ya puede ensamblar la mecánica de su plan curativo con su equipo de profesionales del cuidado de la salud. Aquí tiene una lista ideal de las cinco áreas principales donde conseguir ayuda profesional. Me hago cargo de que tal vez no puede recurrir a las cinco, pero acuda a todas las que pueda.

Cinco áreas principales de ayuda profesional en suplan curativo:

1. Consiga un diagnóstico de su médico (doctor en medicina, osteópata u homeópata), junto con un pronóstico y un tratamiento recomendado.
2. Consiga una descripción de la enfermedad en su cuerpo y campo aural de su sanador, junto con un pronóstico y un programa de tratamiento.
3. Consiga un análisis nutritivo y un programa dietético.
4. Consiga un diagnóstico de su problema de otro profesional del cuidado de la salud: un terapeuta de trabajo corporal estructural o un acupuntor.
5. Acuda a un terapeuta para tratar los aspectos emocionales relacionados con su enfermedad.

Quizá tenga que entrevistar a muchos candidatos antes de contratar sus servicios. Esto puede constituir un problema, ya que la mayoría de los profesionales del cuidado de la salud no disponen de tiempo para someterse a esas entrevistas. Y usted podría estar demasiado enfermo para ello. Lo más probable es que usted o alguien que le ayude consulte al personal que trabaja con ellos. No tenga miedo de hacerlo. Recuerde que se

dispone a contratar sus servicios. Esto exige que se informe lo mejor posible de los servicios que prestan. Insisto en la conveniencia de reclutarles como su equipo de asistencia regular antes de que enferme. Si no lo ha hecho antes, haga todo cuanto pueda ahora. No tema pedir ayuda. Sus amigos pueden resultar muy útiles en este aspecto. Tal vez han tenido muchas experiencias con médicos que no le han comentado nunca; pregúnteles. Su opinión no es vinculante, porque todo el mundo es distinto y sus amigos pueden confiar más en los métodos de un médico concreto que usted.

He recogido a continuación algunas preguntas que los pacientes no acostumbran a formular. Sin embargo, si hubiésemos contratado a alguien para que nos prestara un servicio de cualquier otra naturaleza, no dudaríamos en planteárselas. Puesto que la curación es un campo relativamente nuevo en nuestra sociedad, la gente suele formularme este tipo de preguntas. Su planteamiento contribuye a establecer una comunicación más nítida entre el cliente y yo, y ayuda a aclarar lo que puedo hacer por ellos. Yo he conocido a algunos médicos y profesionales del cuidado de la salud que están dispuestos a responder a preguntas como éstas. Y si los clientes están dispuestos a hacerlas, cada vez habrá más sanadores que las acepten. Usted no insulta a nadie al plantear tales preguntas. Más bien demuestra su interés por recibir la mejor atención posible. Y esto debe ser respetado. -

Algunas cosas interesantes que averiguar sobre la experiencia de sus profesionales de la salud en su disciplina:

¿Qué formación han recibido?
¿Qué aptitudes tienen?
¿Qué pueden ofrecerle?
¿Cuáles son los métodos más nuevos y mejores para tratar su problema?
¿Durante cuánto tiempo han practicado el cuidado de la salud o la actividad curativa?
¿A cuántos pacientes aquejados de su enfermedad han tratado?
¿Qué resultados obtuvieron con ellos?
¿Qué resultados esperan conseguir con usted?
¿Qué tipo de información pueden darle/le darán?

Hoy en día, el campo de la medicina es tan complejo, que probablemente usted querrá a alguien que haya pasado algún tiempo trabajando en el área de la medicina en la que necesita asistencia. La experiencia y el estar al día sobre los últimos avances y nuevos tratamientos tienen un gran peso en multitud de enfermedades. Recuerde que las estadísticas que se barajan suelen ser de orden nacional y quizá no son del todo ciertas respecto a las personas o el hospital a los que considera acudir. La formulación de preguntas específicas, como la cifra de pacientes aquejados de su enfermedad a los que ha tratado un profesional de la salud, y los resultados obtenidos, le proporciona una información bien fundada sobre la realidad de la experiencia de ese profesional en el área del cuidado de la salud que es más importante para usted. Algunos profesionales creen en la conveniencia de aportar una información mínima. Algunos la retienen hasta que consideran que su cliente está preparado para recibirla, y otros la sueltan toda de una forma más o menos brusca. Al entrevistarse con esos profesionales, fíjese en cómo le hablan. Cerciórese de que le gustan sus métodos antes de profundizar demasiado y recibir una información seria de un modo que no es compatible con su situación emocional.

Todos los profesionales del cuidado de la salud están integrados en un sistema más o menos amplio. Indague sobre el mismo planteando las preguntas siguientes.

Algunas cosas interesantes que averiguar sobre el sistema de apoyo con el que cuentan los profesionales de la salud:

¿A qué otras relaciones o servicios tienen acceso?
¿Cuál es la comunidad que les apoya?
¿En qué hospital le ingresarán si tiene que ir?
¿Cuál es su reputación?
¿Con qué servicios cuenta ese hospital?
¿Es el hospital adecuado para su enfermedad? (Diversos hospitales están especializados en distintas enfermedades, sobre todo las más raras y las difíciles de curar.)
¿Durante cuánto tiempo han tratado a pacientes aquejados de su enfermedad concreta? ¿Están familiarizados con esa dolencia?
¿Hay entre el personal clínico alguien que entienda su punto de vista y esté dispuesto a apoyar su forma de curación?
¿Debe acudir a un laboratorio especial para hacerse pruebas? ¿Dónde está?

Existen muchas clases distintas de quimioterapia. Puede que la más apropiada para usted no se ofrezca en un hospital local. Es preferible hacer el esfuerzo de viajar para obtener el mejor tratamiento. Si es usted una de esas personas que aguardan un trasplante de corazón, esto tiene una importancia especial. Desde el

primer trasplante de corazón con éxito, muchos hospitales han incorporado equipamiento que ofrece este servicio. No obstante, sus índices de éxito difieren espectacularmente. Procure hacerse con las estadísticas sobre el índice de supervivencia y la cifra de pacientes tratados de ese hospital concreto en lugar de la media nacional. Ya me doy cuenta de que todo esto puede parecer imposible una vez que usted esté enfermo, pero le ayudará mucho a largo plazo. Busque a alguien que le ayude. Si no puede explicarse, muéstreles este libro.

Una vez constituido su equipo, y cuando usted sabe algo más sobre la visión que sus integrantes tienen de la enfermedad desde su disciplina, el siguiente paso consiste en confeccionar su plan curativo. Para escoger una modalidad de tratamiento, necesitará la información que sigue.

Buenas preguntas que plantear sobre modalidades de tratamiento:

¿Cuáles son los pasos de la modalidad de tratamiento?
¿Cuál es la eficacia del tratamiento?
¿Dónde se encuentra el centro más próximo donde facilitan el tratamiento?
¿Cuáles son sus efectos secundarios?
¿Hasta qué punto los reduce la curación con imposición de manos?
¿Cuál es el coste de tales programas?
¿Qué parte del presupuesto cubre su póliza de seguros? (Consulte a su compañía de seguros.)
¿Qué tendrá que hacer para completar esos programas?
¿Cómo serán?
¿Cuánto tiempo llevarán?
¿Cuál es la duración de la convalecencia posterior al programa de tratamiento?
¿En cuánto puede la curación reducir ese tiempo?
¿Qué clase de ayuda y cuánta ayuda necesitará en su casa? ¿Por cuánto tiempo?
¿Cuánto reposo en la cama deberá hacer?
¿Cómo puede ayudar a su cuerpo a eliminar los fármacos que ingerirá mediante el uso de dietas de limpieza, hierbas, remedios homeopáticos, vitaminas y curación con imposición de manos?

En cuanto disponga de esta información, no le será tan dificil escoger su plan de tratamiento combinado. Recuerde que el éxito del plan de tratamiento depende mucho de su fidelidad y participación en el mismo.

El trazado de su plan curativo con un profesional del cuidado de la salud

Después de elegir a su equipo, confeccione el plan más detallado que sea posible, incluyendo todo aquello que requerirá mientras avanza por las distintas fases del proceso curativo. Este plan debería incluir la dieta, los complementos nutritivos como vitaminas y minerales, ejercicio, meditación, medicamentos o hierbas, y tratamientos específicos. Este nivel de tratamiento será respaldado por su proceso de transformación personal. Recuerde que pasará por las fases del proceso curativo que se describen en el capítulo 7.

Si ha encontrado a un sanador y un médico dispuestos a trabajar juntos, revise el capítulo 6 sobre el tándem sanador-médico. Invite al sanador y al médico a encontrar un lenguaje común para comentar su caso de modo que puedan colaborar en la creación del plan curativo más efectivo para usted.

Visualizaciones para la autocuración

Una buena parte de lo que usted hará además de seguir su tratamiento serán visualizaciones curativas como las que se exponen a lo largo de este libro. Afectan a cada nivel de su ser: cómo despejar su campo, cómo trabajar con zonas específicas de su cuerpo que están enfermas, y cómo dar inicio a sus procesos creativos. En la bibliografía se sugieren otras fuentes de visualizaciones curativas.

Merece la pena advertir que el proceso de visualización, que exige que usted siga imaginando lo buenas que quiere que sean los cosas y el bien que le harán, evocará reacciones negativas, como se ilustra en las figuras 12-1 y 12-2. Cuando surjan esas voces negativas, es fundamental dejar que hablen. No reprima las voces negativas en la negación. Usted ha trabajado duro para dejarles espacio. Deje que se expresen, pero no permita que ganen. Cuando las oiga, las reconocerá por lo que son, lo cual las despoja de su poder. Por supuesto, es posible que ganen algunos días más que en otros. No tenga miedo. A la larga, perderán. Su intención de curarse le ayudará a levantarse y a seguir avanzando hacia su verdadero ser, que le curará. En esos días en que las voces negativas parecen ganar, ríndase y no haga más que rezar. Relájese. Descanse. No pierda la calma. Mañana será otro día.

En cuanto haya identificado las voces negativas por lo que son, sustitúyalas por una voz positiva. Regresando y refugiándose en las imágenes de lo buena que quiere que sea su vida cada vez que surjan las voces y sentimientos negativos, usted crea aquello que quiere. Insistiendo en ello, finalmente supera y elimina todas las voces negativas y los miedos subyacentes y los remplaza con imágenes positivas y energía creativa. Básicamente, piense en la visualización como un medio para dirigir la energía creativa que se libera durante el proceso de eliminar la negación y los sentimientos negativos. Usted está creando otro comportamiento habitual, pero

esta vez es positivo. Un aspecto interesante de la mente humana consiste en que, si se repite algo con la frecuencia suficiente, la mente actúa como si fuese cierto. Así es como usted empezó a creer en las voces negativas habituales. Ahora no tiene más que sustituirlas por voces positivas. ¡Realmente funciona! Así, el proceso de visualización es otra forma muy positiva de afrontar sus temores y experimentar sus sentimientos.

QUINTA PARTE

LA CURACIÓN Y LAS RELACIONES

«Cuando miro atrás, suelo lamentar más las cosas que no hice que las cosas que no debía haber hecho.»
MALCOLM FORBES

Introducción
LA IMPORTANCIA DE LAS RELACIONES PARA SU SALUD

Mientras seguía trabajando y enseñando sobre la salud y el campo energético humano, iba constatando progresivamente lo importantes que son nuestras relaciones para la salud. De hecho, nuestras relaciones son fundamentales para nuestra salud. Todo es relativo y está conectado. Nada está aislado, y no puede hacerse nada en el aislamiento. Ni siquiera nuestros pensamientos están aislados. Todo cuanto sentimos, pensamos y hacemos está en relación con los demás, con el planeta y con el universo. Como bien se sabe en los ámbitos científicos, cada evento que sucede está siempre relacionado con todos los demás eventos. Todos los sucesos están relacionados. Estamos conectados holográficamente en relación con todo lo demás, así como con todos los sucesos. Por lo tanto, nuestra salud y bienestar están siempre en relación con todo.

Cuando empecé a investigar nuestras relaciones en el terreno de la curación, descubrí que la causa de cualquier enfermedad que tengamos está siempre conectada con nuestras relaciones. La curación con respecto a nuestras relaciones se erigió en el tema central de mi trabajo. He dedicado los tres capítulos que siguen a mostrar cómo nuestras relaciones afectan en nuestra salud y cómo la curación a través del contexto de la relación y del campo energético humano cambia nuestra vida y nuestro cuerpo físico de formas maravillosas y satisfactorias.

Capítulo 13
LA CREACIÓN DE RELACIONES SALUDABLES

A medida que ganamos lucidez en nuestra autoconciencia, podemos empezar a aplicar ese autoconocimiento a las relaciones que establecemos. Vemos que las mismas «razones porque no» que nos hemos aplicado a nosotros mismos, las aplicamos también a las relaciones. Ya hemos comentado cómo se eliminan las «razones porque no» para conseguir los resultados deseados en nuestra vida. Ahora podemos aprender a hacer lo propio en el terreno de las relaciones. Una sencilla herramienta con la que hacerlo es mediante el uso del concepto de los contratos.

Los contratos tácitos que establecemos en nuestras relaciones

Todas nuestras relaciones con los demás pueden considerarse como contratos. Los contratos crean unos límites que definen y mantienen modelos de conducta relacionel aceptables. El contrato de una relación está constituido por pactos tácitos, a menudo inconscientes, entre personas sobre cómo actuarán entre ellas, incluido lo que se dirán y harán y lo que no. Los contratos pueden establecerse entre dos personas, o pueden efectuarse dentro o entre grupos de personas, donde se expresan como normas sociales.

Aquí nos ocuparemos básicamente de los contratos entre dos personas. No obstante, todo cuanto se diga puede aplicarse también a los contratos entre un individuo y un grupo y entre grupos, por grandes que sean. También puede extenderse a su relación indivi,dual y a la de la humanidad con el planeta, en la que nos centraremos un poco al final del presente capítulo. Las relaciones positivas y saludables son interdependientes y han establecido claramente contratos de sinceridad, apoyo y afecto entre amigos. En ellas hay espacio de sobra para la libertad, la creatividad y la expresión personal, así como para un afecto y atención saludables hacia el otro. Esos contratos positivos favorecen el desarrollo de cada persona implicada. Por otro lado, las relaciones codependientes se crean a través de contratos negativos e insanos que limitan, atrapan, utilizan, controlan e incluso intimidan alas personas que los suscriben. Bloquean la creatividad, la expresión y la libertad personales, e interfieren en el desarrollo natural de cada persona implicada.

Todos suscribimos contratos positivos y negativos. Las más de las veces, esos contratos son inconscientes y funcionan automáticamente. Las áreas de la vida que discurren con fluidez y nos satisfacen son aquellas en las que hemos establecido contratos positivos con los demás, basados en creencias positivas mutuas. Por ejemplo, la experiencia de trabajar en una tarea con otros de una forma fácil que permite concluir el trabajo se basa en un contrato positivo que sostiene que el pensamiento lúcido, la voluntad de trabajar y la cooperación entre individuos funcionan mejor para cumplir esa labor. Este contrato se funda en una creencia positiva, y en la creencia de que el mundo es un lugar que favorece esa reciprocidad positiva.

En nuestras áreas conflictivas, creamos contratos negativos con los demás. Cuando vivimos con una visión limitada de la realidad, adoptamos determinadas actitudes, posturas y formas de vida que contribuyen a jus-

tificar nuestra estrechez de miras. Al hacerlo, establecemos contratos psicológicos negativos para garantizar que los demás se comportarán con nosotros de determinadas maneras que reflejen nuestra visión limitada de la realidad. La razón principal de esos contratos consiste en evitar ciertos sentimientos y experiencias que no deseamos tener. Con nuestros contratos negativos, congelamos nuestras energías vitales así como una gran cantidad de energía en nuestro interior.

Debajo de un contrato negativo hay no sólo nuestro miedo a la experiencia vital, sino también nuestra creencia negativa de cómo es el mundo. Generalmente, esta creencia es inconsciente y se deriva de un trauma infantil. Por ejemplo, una niña cuyo padre la castiga severamente o abusa de ella puede crecer creyendo que los hombres son crueles. Su temprana experiencia con el hombre en su vida, su padre, así se lo enseñó. Siendo adulta, puede que evite a los hombres o tenga problemas en sus relaciones con ellos debido a sus expectativas negativas. Suscribirá contratos negativos que mantengan a los hombres alejados, o establecerá relaciones con hombres crueles. Tales relaciones confirmarán su creencia de que los hombres son crueles.

Los contratos, una vez establecidos, se ponen en marcha y siguen en marcha. Cada vez que se cumple un contrato negativo, sirve para reforzar la actitud negativa sobre la vida y la realidad que sustenta. Esas creencias negativas se refuerzan y nos limitan más en la vida cada vez que pasamos por otra experiencia negativa. La configuración aural que corresponde a ellas se distorsiona más en cada ocasión. Otro modo de expresar esto es que un contrato negativo refuerza una forma de pensamiento o creencia negativa.

La energía-conciencia vinculada a una creencia negativa se manifiesta en el campo energético como un estancamiento y distorsiones en el séptimo nivel. Esas distorsiones se transfieren lentamente a los demás niveles aurales. En el cuarto nivel, el de las relaciones, las distorsiones asumen la forma de estancamientos o bloqueos en el campo de una sola persona o como interacciones negativas del campo aural entre las personas. Así, una distorsión del campo en el séptimo nivel, que revela un sistema de creencias negativas, se transfiere al cuarto nivel, donde se expresa como un contrato negativo a través de las interacciones del cuarto nivel del campo con los demás. Cuanto más actúe un contrato negativo en las relaciones, mayor será la distorsión en el cuarto nivel del campo. Las distorsiones siguen transfiriéndose por los niveles inferiores del campo hasta que alcanzan el cuerpo fisico. Tarde o temprano, se manifestarán en forma de molestias y enfermedad en el cuerpo fisico.

Puesto que tanto los contratos positivos como los negativos funcionan holográficamente, por lo general establecemos el mismo tipo de contrato con gente diversa. Cualquier proceso curativo requiere el descubri

miento y la anulación de todos esos contratos negativos. A medida que esas formas o modelos negativos en el campo aural de las relaciones se eliminan mediante la curación con imposición de manos y el proceso curativo personal, la perspectiva psicológica de la postura negativa en la vida, las creencias negativas y las acciones de las pautas de comportamiento que presentan se disuelven y son reemplazadas por otras positivas.

<u>Sondeo de los contratos negativos</u>

En primer lugar, observaremos cómo ocurren los contratos negativos, nos fijaremos en su formato y descubriremos cómo anularlos. Luego aprenderemos a crear contratos positivos con compañeros íntimos, amigos y profesionales del cuidado de la salud.

Un contrato negativo típico se establece en la infancia entre padre e hijo, sobre todo si hay conflictos en la familia. Consideremos el caso de Gary, un chico cuya madre tiene que trabajar y llega a casa agotada y preocupada por las dificultades económicas. Ella es incapaz de dar a su hijo lo que necesita. Gary hará todo tipo de cosas para llamar su atención. Cuando encuentre una que funcione, volverá a utilizarla y probablemente seguirá usándola mientras le dé resultado. Descubre que si la ayuda o la cuida cuando se siente mal, obtiene su atención. Gary confunde inconscientemente esta atención con amor. Así, recibe el mensaje de que debe cuidar a su madre para conseguir su amor. Esto, por supuesto, es lo contrario de como debería ser. Inconscientemente, Gary llega a la conclusión de que si no se ocupa de mamá, no obtendrá su amor. De este modo aprende que el amor tiene un precio. En cuanto esta dinámica se ha repetido varias veces, se vuelve habitual y se perpetúa en la etapa adulta, en la que adopta la forma de un cuidado insano y exagerado. Cada vez que establece una relación con una mujer, termina siempre cuidando de ella de una forma exagerada e insana, ya se trate de su esposa, de su asociada en el negocio o de una empleada. En su interior, cree que esto es necesario para obtener amor. Naturalmente, esta razón es inconsciente. Sólo sabe que cada vez que se implica en una relación, asume demasiada responsabilidad y le chupa la sangre. Entonces empieza a evitar las relaciones porque no merecen tanto esfuerzo. Esto le induce a un círculo vicioso de necesidad, desesperación, resentimiento y por último renuncia. En ocasiones, incluso optará por aislarse.

La tabla de la figura 13-1 contribuye a aclarar los pasos del contrato negativo que Gary suscribe habitualmente. Recuerde que el cuidado que se ofrece en este contrato negativo es exagerado. Consiste en ocuparse de un adulto cuando éste no lo necesita, como si fuera un niño. La primera columna se titula «Si yo/Si yo no». Se refiere a las acciones que Gary cree inconscientemente que debe hacer para conseguir lo que necesita. En este caso, cree que debe cuidar a su madre, o a cualquier otra mujer con quien tenga relación. Este tipo de cuidado es exhaustivo, como si su madre o las demás mujeres fuesen niñas. Asume la

responsabilidad sobre ella y su vida, como si ella fuese incapaz de ello. Por lo tanto, en la primera columna escribiremos: «Si cuido de mamá».

Figura 13-1: El contrato negativo de Gary

NOMBRE DE LA PERSONA: ***Madre***

Si yo/Si yo no	Él/Ella	Creencia inconsciente	Precio inmediato	Creencia negativa constatada	Otras áreas de la vida afectadas	Precio real
Si cuido de mamá...	Ella me querrá	Tengo que cuidar de mamá para conseguir que me quiera	Cuido de mamá, pero no recibo su amor	Las relaciones absorben energía y no satisfacen mis necesidades	En todas partes pago por recibir amor de otras maneras, por ejemplo, dando dinero, regalos o tiempo personal	Estoy cansado de soportar esta carga. Evitaré las relaciones. El precio es demasiado alto

La segunda columna, titulada «Él/Ella», está destinada a los resultados que Gary cree que obtendrá si obedece a su creencia inconsciente. En este caso, cree que conseguirá el amor de mamá o de otra mujer. Escribiremos: «Ella me querrá».

La tercera columna, titulada «Creencia inconsciente», recoge la creencia inconsciente de Gary acerca de lo que tiene que hacer para conseguir lo que persigue: «Tengo que cuidar a mamá para conseguir que me quiera».

El «Precio inmediato», en la cuarta columna, es el precio a corto plazo que Gary debe pagar porque su creencia es errónea. No sólo ha de cuidar a mamá o a la mujer presente en su vida, sino que ni siquiera obtiene su amor de ese modo: «Cuido a mamá, pero no recibo su amor».

La quinta columna, titulada «Creencia negativa constatada», expone la creencia negativa inconsciente y más amplia que se demuestra a través de la experiencia. Para Gary, es ésta: «Las relaciones absorben energía y no satisfacen mis necesidades».

La sexta columna, titulada «Otras áreas de la vida afectadas», contiene el efecto holográfico de la creencia negativa inconsciente más amplia en otros ámbitos de la vida: «En todas partes pago por recibir amor de otras maneras, por ejemplo dando dinero, regalos o tiempo personal».

La última columna, titulada «Precio real», ofrece los resultados de esta creencia inconsciente en el nivel psicológico personal. Plantea los efectos a largo plazo en la vida de Gary. Todo cuanto da no permite comprar el amor que esperaba obtener en primera instancia. Puede que reciba atención y agradecimiento, pero nunca amor. Esto provoca decepción, desilusión y un gran resentimiento hacia las relaciones. Gary concluye: «Estoy cansado de soportar esta carga. Evitaré las relaciones. El precio es demasiado alto».

A estas alturas, Gary es muy infeliz. Sus sentimientos fluctúan probablemente entre el cansancio y el resentimiento y la posibilidad de aislarse. Es posible que quede atrapado en un círculo vicioso entre el cuidado exagerado y el aislamiento durante muchos años.

Para salir de ese círculo vicioso, Gary debe aprovechar la oportunidad de desafiar a su creencia negativa y afrontar las consecuencias que teme. Ha de invertir el comportamiento que le dicta su creencia inconsciente. Si lleva su cuidado demasiado lejos, se enfurecerá lo suficiente como para dejar de ser un buen chico y abandonar el cuidado exagerado que ha ofrecido a las mujeres que han pasado por su vida, ya fuesen mamá, su esposa, su asociada en el negocio, una empleada, su hermana o una amiga. Es muy probable que haya implicada más de una mujer. Gary ha desarrollado este tipo de relación con la mayoría de mujeres que conoce. Puede empezar por una de ellas. Pero, si tiene éxito, será capaz de transformar su creencia negativa y sus acciones resultantes en todas las áreas de su vida afectadas por ella. Se sorprenderá al ver los resultados que consigue.

Utilicemos ahora la figura 13-2 para anular el contrato negativo de Gary y crear una relación sana con mamá y las demás mujeres de su vida. La primera columna, titulada «Si yo/Si yo no», se destina a la acción inversa que Gary no adoptará. En este caso es ésta: «Si no cuido a mamá».

La segunda columna, titulada «Él/Ella», se reserva a la consecuencia que se teme de invertir la acción. En este caso, el temor de Gary es: «Ella no me querrá».

Puede que la madre de Gary se queje al principio. Tal vez se sienta más necesitada y exija el antiguo statu quo. Gary puede temer que ella le abandone o enferme. También puede sentirse mal consigo mismo por algún tiempo. Generalmente esto no es real, puesto que el tipo de cuidado exagerado que le ha proporcionado Gary no es lo que su madre necesita. Por supuesto, cuando alguien está enfermo, la línea divisoria entre la atención sana e insana es distinta y puede ser más dificil de identificar. (Nos referiremos a esto en la sección siguiente:

«La creación de relaciones saludables con su familia y sus amigos».) A la larga, todo saldrá bien. Resultará que la mamá de Gary todavía le quiere, aunque él no la cuide de la vieja forma insana. La tercera columna, la del «Resultado real» de rescindir un contrato negativo, demuestra lo bien que se ha resuelto la situación. En este caso: «Mamá todavía me quiere. ¡No tengo que comprar su amor!».

Figura 13-2: Resultados positivos de rescindir el contrato negativo de Gary

NOMBRE DE LA PERSONA: ***Madre***

Si yo/Si yo no	Él/Ella	Resultado real	Creencia positiva constatada	Otras áreas de la vida afectadas	Resultados positivos para mí	Resultados positivos para los demás
Si no cuido de mamá...	Ella no me querrá	Mamá todavía me quiere. ¡No tengo que comprar su amor!	Soy digno de amor; el amor no tiene precio	Ya no tengo que comprar amor en ningún aspecto	Doy y recibo más amor y creo relaciones satisfactorias	Mamá se vale por sí misma. Recibe amor en vez de servicio

Al principio, es posible que Gary no crea que esto sea cierto y tenga que comprobarlo durante algún tiempo. Irá y vendrá entre el cuidado sano y el insano. Cuando comprenda la diferencia entre ambos, descubrirá un mundo nuevo que se abre ante él. Verá que su madre aún le quiere mientras él trata de reordenar su vida. Puesto que ella todavía le quiere a pesar de que él no se ocupa de ella de la vieja forma insana, su experiencia vital sostiene ahora una nueva creencia positiva. Ésta aparece en la cuarta columna, bajo el título «Creencia positiva constatada». Gary entiende que: «Soy digno de amor; el amor no tiene precio».

Gary comprende que en realidad no se puede obligar a querer a nadie, por más que se intente. El amor emana espontáneamente de las personas que pueden amar. Es un don de la vida. Ahora empieza la liberación. Va extendiéndose por todas las demás áreas de la vida. Gary es también digno de amor en esas áreas, y el amor no puede ni debe comprarse. Esto se expresa en la quinta columna, «Otras áreas de la vida afectadas». Gary piensa: «Ya no tengo que comprar amor en ningún aspecto».

Gary ha dejado de comprar amor en cualquier ámbito de su vida porque sabe que lo merece. Ya no tendrá que aislarse. Ahora es libre de establecer relaciones, porque ya no serán una carga para él. Podrá satisfacer sus necesidades en esas relaciones. En lugar de verse atrapado en el ciclo de cuidado desmesurado, resentimiento y autoaislamiento respecto a su madre, ahora da amor gratuitamente. Existe un hermoso flujo de amor entre él y las mujeres de su vida. La sexta columna, «Resultados positivos para mí», muestra las consecuencias para Gary, aliviado ya de su carga: «Doy y recibo más amor y creo relaciones satisfactorias».

Esto tiene unos efectos inmediatos muy positivos en todas las mujeres presentes en la vida de Gary. Él ya no se ocupa de ellas de una forma insana. Esto le concede la libertad de quererlas. Esto las incita a asumir su fuerza y a ocuparse de sí mismas. También ellas reciben ahora amor en lugar de cuidado, como sucedáneo de aquél. Las mujeres de la vida de Gary tienen ahora la opción de rescindir también su parte del contrato para mantener la relación o romperla. La séptima columna recoge los «Resultados positivos para los demás». En este caso, lo que más probablemente hará su madre es descubrir el verdadero amor en su propio interior: «Mamá se vale por sí misma. Recibe amor en vez de servicio». Lo mismo ocurre con todas las demás mujeres de la vida de Gary.

¡Menudo final! ¡La historia termina bien para todo el mundo! Naturalmente, esto funciona también para una chica cuyo padre es protector y proveedor a la vez.

La creación de relaciones saludables con su familia y sus amigos

Usted deberá cambiar sus interacciones en las muchas relaciones íntimas que tiene. Así, durante su proceso curativo, se sorprenderá a sí mismo cambiando de amistades, algunas quizá de un modo más sustancial que otras. Si aprende a distinguir en qué consisten esos contratos, le resultará más sencillo rescindirlos o romperlos para suscribir otros nuevos. Cuanto más consciente sea de este proceso, menos probabilidades tendrá de volver a establecer contratos negativos.

¿Se ha fijado en que, para estar con según qué gente, debe desempeñar un determinado papel o ser de una determinada manera? Éste es el primer síntoma de un contrato negativo. Por otro lado, hay personas con las que usted puede ser totalmente tal como es. No tiene que ocultarles nada ni convencerles de nada. Sin embargo, usted sabe que ellos le dirán con toda la franqueza lo que opinan de una determinada situación, aunque no le guste. Esto es un indicio de un contrato positivo.

Figura 13-3: Tabla para identificar su contrato negativo

NOMBRE DE LA PERSONA: ___________________

Si yo/Si yo no	Él/Ella	Creencia inconsciente	Precio inmediato	Creencia negativa constatada	Otras áreas de la vida afectadas	Precio real

Ejercicio para descubrir su contrato negativo

Para sondear sus relaciones, confeccione una tabla utilizando la figura 13-3, como la que empleamos en la figura 13-1. Esta tabla puede mostrarle su contrato negativo. Puede emplearla para observar cualquier relación en la que esté, ya sea antigua o reciente. Le sugiero que empiece por una relación especialmente conflictiva, con la que tenga problemas. Elija el tipo de relación en la que se siente incómodo, y obsérvese actuando de formas que no le gustan. Quizá ni siquiera es consciente de tales acciones cuando está en presencia de esa persona, pero, en cuanto ésta se marcha, usted se queda con una sensación incómoda o desagradable. Tal vez no sepa qué va mal, pero sabe que algo va mal. Revise su forma de actuar con esa persona que sea distinta a como usted es en presencia de gente con la que se siente a gusto. ¿Cómo se comporta de manera distinta? Esa acción es la que usted cree inconscientemente que debe hacer para obtener lo que necesita de esa persona. Anote su acción falsa en la primera columna, titulada «Si yo/Si yo no».

Para averiguar por qué realiza esas acciones, debe descubrir su emoción subyacente. Por lo general es el miedo. ¿Qué teme que esa persona haga o deje de hacer si usted no actúa según su creencia negativa? Para encontrar ese miedo, imagínese en la situación típica con la persona con la que tiene problemas. Ahora imagine que usted realiza una acción contraria a la que considera que debe hacer. Observe en su imaginación cómo reacciona la otra persona a su acción. Anote todo cuanto se imagine que hará el otro en la segunda columna, «Él/Ella».

Ahora ya sabe que si usted renuncia a sus acciones falsas, tiene miedo de que la otra persona haga lo que ha escrito en la segunda columna. Por tanto, sus acciones falsas pretenden controlar el comportamiento del otro. Muestran lo que usted cree que debe hacer para conseguir que la otra persona haga lo que usted quiere. La tercera columna está reservada para su «Creencia inconsciente». Refleja el resultado inmediato que obtendrá si los dos mantienen su contrato negativo. Escriba: «Si yo/Si yo no hago (su acción falsa), él/ella hará/no hará (el comportamiento que ha imaginado para con usted)».

Por ejemplo, supongamos que es alguien que usted teme contradecir, disentir con él o desafiar. Podría escribir: «Si yo no desafio a (nombre), él/ella me apoyará». O bien: «Si desafio a (nombre), él/ella no me apoyará. O él/ella me desacreditará, quizá en público».

En otro ejemplo, usted está enfermo y tiene miedo o vergüenza de pedir a su pareja que atienda sus necesidades. Usted ha sido el cuidador, y ahora se invierten los papeles. Su pareja sólo quiere que usted se apresure a recuperar el estado normal. Pero usted tiene unas necesidades muy reales: «Si no pido (lo que necesita), él/ella será amable conmigo». O bien: «Si pido (lo que necesita) él/ella se enfadará».

La siguiente columna es para el precio que usted paga por el resultado. ¿Qué efecto tiene en usted realizar su acción falsa, al no ser tal como es en realidad? ¿De qué manera no se ha expresado? ¿De qué manera no ha sido quien es? Anote lo que encuentre en la cuarta columna, «Precio inmediato».

En el primer ejemplo, tenemos: «Si no desafio a (nombre de la persona), no digo mi verdad ni actúo de la forma que creo. No expreso quien soy. No creo la fuerza interna que se deriva de vivir conforme a mi verdad. Si no desafio a (nombre de la persona), no me desafiarán, y no aprovecharé la oportunidad de averiguar qué debe cambiar en mi interior». En el segundo ejemplo, tenemos: «Si no pido por mis necesidades cuando estoy enfermo, puedo ponerme peor».

Debido a estas carencias en su vida, usted empieza a verse y sentirse de una manera falsa. Comienza a creer que es menos de lo que es en realidad. Sus acciones falsas limitan su expresión, y cree que su ser limitado es el verdadero ser. ¿Qué piensa de sí mismo cuando hace esto? ¿Hasta qué punto esto ha sofocado su creatividad? ¿Y su experiencia de la vida? ¿Y su cometido en la vida?

Si se relaciona con el primer ejemplo arriba expuesto, es posible que se considere un cobarde. Como tal, usted no expresa su creatividad porque tiene miedo de que alguien se sienta desafiado por ella y le desacredite y le ataque en público. Al no expresar su creatividad, usted no crea el sueño de su vida. Si se

identifica con el segundo ejemplo que hemos visto, tal vez se sienta disgustado consigo mismo por estar enfermo. Quizá crea que es una carga para todos. Empieza a creer que el mundo es un lugar que apoya al individuo falsamente limitado que es usted. ¿Cuál es la creencia negativa general que afirma que el mundo es un lugar donde es bueno tener las limitaciones mencionadas? En la quinta columna, anote la «Creencia negativa constatada», o forma de pensamiento, que le aporta energía cada vez que realiza esa acción falsa.

En el primer ejemplo, la creencia negativa constatada vendría a ser básicamente lo que sigue: «Expresar mi verdad y mi creatividad es peligroso y deriva en ataques en público». En el segundo ejemplo, la creencia negativa constatada viene a ser fundamentalmente ésta: «Cuando tenga necesidades o esté enfermo, la gente se enojará conmigo. *No* debo enfermar nunca. Tener necesidades es peligroso».

Su creencia negativa le obstaculiza holográficamente durante toda su vida. Enumere todas las «Otras áreas de la vida afectadas» en la sexta columna.

Si se identifica con el primer ejemplo, puede que evite el desafio en muchos ámbitos y de muchas otras formas en su vida. Quizá evite el autodesafío. Tal vez bloquee su creatividad en todo cada vez que sea desafiada. Si se vincula con el segundo ejemplo, probablemente no vela por sus necesidades en muchas otras áreas de su vida o en todas.

El precio que paga no es sólo el precio inmediato a corto plazo que se muestra en la cuarta columna. El precio verdadero es que su contrato negativo o su creencia negativa le limita en todos los aspectos de su vida e impide que ésta progrese. Anote el «Precio real» en la séptima columna.

Si se relaciona con el primer ejemplo, el precio real puede ser una vida desprovista de desafio, y en consecuencia estancada, monótona e insatisfactoria. Si se identifica con el segundo ejemplo, el precio real puede ser una vida de necesidades insatisfechas y privaciones.

Tal vez no sabe siquiera qué son las necesidades reales. Quizá no entienda las necesidades ajenas.

Ejercicio para anular su contrato negativo

En cambio, si anula el contrato negativo, es probable que no le guste la reacción de su amigo o la consecuencia inmediata de esa ruptura. Pero, a largo plazo, merece la pena. Confeccione otra tabla, usando la figura 13-4, para comprobar las consecuencias de rescindir su contrato negativo. (Será como la de Gary, en la figura 13-2.)

La primera columna es «Si yo/Si yo no». Complétela. La segunda columna es «El/Ella», la del precio temido. Es el precio que usted cree que debería pagar y espera no tener que hacerlo. Llénela.

En el primer ejemplo, tenemos: «Si desafio a (nombre), él/ella no me apoyará o me desacreditará, tal vez en público». En el segundo ejemplo, tenemos: «Si pido (lo que necesita), él/ella se enfadará».

Ha llegado el momento de pagar. Usted no quiere cargar con deudas en su nueva forma de ser. Se sorprenderá cuando vea cuál es el precio. Pruebe de realizar su *acción verdadera* en vez de la falsa para ver qué ocurre. Su acción verdadera puede ser contraria a la falsa, pero no necesariamente. ¡Quizá encuentre una todavía mejor! La tercera columna, titulada «Resultados reales», se refiere a la consecuencia que ocurre en realidad. Complétela.

En nuestro primer ejemplo, su acción verdadera puede ser la inversa a su acción falsa: usted desafía a la persona con la que teme disentir. Usted expresa su opinión sobre algo que puede ser directamente opuesta a la de esa persona. *No* tiene por qué hacerlo de una forma combativa. Limítese a declarar su opinión sin una carga de energía negativa. El otro puede reaccionar de formas muy diversas. Puede desafiarle a su vez, con lo que usted se implica en una animada discusión en la que ambos aprenden muchas cosas escuchando al otro y explicando lo que tratan de comunicar de varias maneras distintas. Usted comprobará que la situación no es tan cruda como su niño interno esperaba. Si su oponente le desacredita en público, póngale en tela de juicio también. Si sigue diciendo su verdad y se muestra imparcial, aprenderá mucho y sentirá su fuerza. Su creatividad se liberará a través del desafio que se ha autoimpuesto al hacer esto en primera instancia. Aprenderá mediante la interacción. Por tanto, el «Resultado real» es: «Puedo desafiar a (nombre de la persona) sin correr ningún peligro, ¡y hasta aprender algo!».

En el primer ejemplo, el precio temido no es tan sólo el contraataque de la persona a quien temía desafiar. Usted afrontará también la posibilidad de que le desacrediten en público. Le desafiarán a distinguir entre la realidad verdadera y su proyección de la realidad que emana de su sistema de creencias negativas.

Si pone a prueba nuestro segundo ejemplo, pidiendo que atiendan sus necesidades cuando esté enfermo, se sorprenderá de que la persona a quien se lo pida responda de forma distinta a la que esperaba. Puede que se muestre muy atenta con usted. Es posible que usted deba recordarle qué es lo que necesita. Quizá empiece a pensar inmediatamente en otras necesidades suyas que deben satisfacer. Es posible que sienta resentimiento si usted permanece enfermo mucho tiempo. Pero si conversan, tal vez encuentren soluciones. Usted empezará a comprender y a conocer sus necesidades desde un enfoque distinto. Descubrirá que hay necesidades humanas razonables. Por lo tanto, el «Resultado real» para nuestro segundo ejemplo es: «Cuando pido, mis necesidades se satisfacen».

Figura 13-4: Resultados positivos de rescindir su contrato negativo

NOMBRE DE LA PERSONA: ____________________

Si yo/Si yo no	Él/Ella	Resultados reales	Creencia positiva constatada	Otras áreas de la vida afectadas	Resultados positivos para mí	Resultados positivos para los demás

La cuarta columna es para la «Creencia positiva constatada» a través de sus nuevas acciones. Complétela. Para hacerse una idea de lo que podría ser, revise nuestros dos ejemplos. En el caso del primero, la creencia positiva que se confirma es: «El mundo es un lugar de verdad. La verdad es segura, aumenta la fuerza y fomenta la creatividad». En el caso del segundo, la creencia positiva constatada podría manifestarse así: «Mis necesidades son naturales y humanas. Puedo saber cuáles son, pedir ayuda y verlas satisfechas. El mundo es un lugar en que las necesidades son naturales y pueden satisfacerse».

En la quinta columna, enumere las «Otras áreas de la vida afectadas» por la creencia positiva que ha constatado a través de sus nuevas acciones y que desafía su miedo. Descubrirá que todos los ámbitos de su vida están afectados. En el primer ejemplo, si empezó a desafiar a alguien con quien no se enfrentó antes, probablemente comenzará a poner en tela de juicio todas las áreas de su vida y a las personas presentes en ellas como no lo había hecho antes. Se desafiará a sí mismo a vivir conforme a su verdad y a ser más creativo en todos los aspectos de su vida. En el segundo ejemplo, empezará a pedir no sólo aquello que necesita, sino también lo que quiere. Sabrá distinguir entre los dos. Es muy probable que lo haga en todas las áreas de su vida.

Los «Resultados positivos para mí» (en la sexta columna) serán muy numerosos. Si se identifica con el primer ejemplo, alcanzará más seguridad en sí mismo, más libertad y más creatividad en su vida al asumir un mayor número de retos. Aumentará en gran medida su amor propio. En el segundo caso, encontrará más alimento y satisfacción en su vida al aprender más sobre sus necesidades reales y cómo satisfacerlas. También aprenderá qué es lo que quiere y podrá perseguirlo.

En la última columna, anote los «Resultados positivos para los demás». ¿Cómo se han beneficiado los demás de su cambio de conducta? Escriba los beneficios ajenos en esta columna. En nuestro primer ejemplo, la primera persona que se beneficia de su cambio de actitud además de usted puede ser la persona a la que ha desafiado. Este desafio la ayudará a madurar si lo desea, ya que puede aprender muchas cosas sobre sí misma de él. Sus familiares cercanos se beneficiarán de su mayor poder y creatividad, porque usted no sólo les desafiará a perseguir los suyos, sino que sentará un precedente para ellos. Por supuesto, es probable que les desafíe también en sus pautas habituales.

En nuestro segundo ejemplo, la persona a la que pide que le ayude a satisfacer sus necesidades tendrá inmediatamente la ocasión de expresar su afecto y generosidad. Puede sentirse desafiada a averiguar hasta qué punto es capaz de dar, amar y encontrar mayores dimensiones de amor en su interior. Aprenderá también a comunicarse mejor, a través de las concesiones mutuas que conlleva el cuidado de un enfermo. Si no lo ha hecho ya, aprenderá asimismo a reconocer y satisfacer sus propias necesidades. Y aprenderá también a pedir lo que quiere, por cuanto usted es un modelo para aprender a cumplir necesidades.

Las ventajas de rescindir contratos negativos

Cuanto más negativos sean los contratos que usted rompa de esta manera, mayor libertad, creatividad y poder tendrá, y más seguro se sentirá. En cuanto se haya entregado a una forma de ser, se activará su sistema de creencias positivas. Éste se extenderá holográficamente por su vida. Quizá quede muy sorprendido de los enormes efectos positivos de rescindir sus contratos negativos, no sólo en usted, sino también en la persona con quien los mantenía. La anulación de tales contratos libera una gran cantidad de energía creativa que usted podrá utilizar ahora en otros ámbitos de su vida. Esto favorecerá en gran medida su proceso de curación personal. También aportará energía creativa en la vida de su amigo.

Algunos amigos pueden insistir en mantener el antiguo contrato. Puesto que usted no lo mantendrá, esa amistad puede disolverse junto con el contrato. Su antiguo amigo tratará de encontrar a otra persona con quien suscribir el viejo contrato. Déjele hacer. Sus viejos amigos afrontarán esos cambios en su vida cuando estén preparados. Aquí no hay juicios; todo el mundo debe ser libre de cambiar y crecer a su

propio ritmo. Esto también puede ocurrir en las relaciones íntimas. Resulta, por supuesto, mucho más difícil perder una relación íntima, pero sucede cuando las personas cambian rápidamente.

En tales ocasiones, cuando le aqueje la pena por haber perdido esa vieja amistad o relación íntima, es útil recordar que siempre se crean amor y aprendizaje en cualquier tipo de relación. Lo que subsiste siempre de las amistades y las relaciones íntimas es el amor. Es sólo lo negativo lo que se disuelve. El dolor y la desvirtuación se desvanecen con el tiempo y el aprendizaje. El amor que se originó persiste siempre y no disminuye. Cuando su viejo amigo haya pasado por el cambio necesario en su vida, es posible que ambos vuelvan a reencontrarse y restablezcan su amistad. El amor seguirá presente.

Si usted está enfermo y avanza a través del proceso curativo, transformará muchos viejos contratos negativos con amigos y su compañero íntimo. Comprobará que esa gente que acepta el cambio en su contrato mutuo avanzará también por las distintas fases de la curación con usted. Mientras usted discurre por, y transforma, cada uno de los siete niveles (como vimos en el capítulo 8), llevará a las personas relacionadas con usted a una perspectiva más elevada de todo el proceso. Cuando usted se someta a cambios importantes en su vida, también lo harán las personas que le rodean. Sus vidas cambiarán.

La creación de relaciones curativas con los profesionales del cuidado de la salud

Es muy importante establecer contratos positivos con los profesionales de la salud que se ocupen de usted. El objetivo de ese contrato positivo es definir sus necesidades, encontrar al personal cualificado para ayudarle a satisfacerlas, y crear cuidadosamente un entorno seguro y de confianza en el que usted pueda realizar su trabajo y rendirse al proceso curativo y a la sabiduría y ayuda de los profesionales de la salud que ha elegido. Cuanto más cuidado se invierta en ello, tanto mejor, porque en algún momento del proceso le *pedirán que confíe, se entregue y viva en función de la fe y la esperanza*. Asegúrese de atraer hacia usted a la gente adecuada y crear el lugar y la situación apropiados para hacerlo.

Antes de establecer una relación con un profesional del cuidado de la salud, le sugiero que efectúe la tarea que se describe en el apartado anterior respecto a sus relaciones personales. Esto le brindará información sobre la estructura de cualquier contrato negativo que usted pueda suscribir de un modo automático e inconsciente con el profesional de la salud que haya elegido. Entonces le resultará más fácil emplear el material que sigue. Utilizando la información que se facilita en este capítulo y en el capítulo 12, nos serviremos de algunas preguntas importantes como directrices para establecer relaciones curativas positivas con su sanador, su médico y cualquier otro profesional del cuidado de la salud cuyos servicios desee contratar. El objetivo consiste en formar el mejor equipo cliente -sanador-médico que pueda conseguir. También puede emplear estas directrices si desea contar con un experto en nutrición, un terapeuta o cualquier otro profesional.

Si está demasiado enfermo para hacer esto por sí mismo, busque a alguien que le ayude. Si, en cambio, usted se ocupa de otra persona, como un miembro de su familia, que está demasiado enfermo para trabajar en esto, intente hacerlo a partir de la información que conozca al respecto. Será una gran ayuda.

Utilice la tabla de la figura 12-1, como hizo en el capítulo 12, para responder a estas preguntas.

Cuestiones a plantear para asegurarse de que conoce el sistema de creencias del que procede y qué es lo que necesita:

Cuál es el resultado que deseo obtener?
¿Cuál es mi «razón porque no»? ¿Por qué no he obtenido antes el resultado deseado?
¿En qué consiste el miedo que he evitado y que tendré que afrontar?
¿En qué sistema de creencias negativas se basa ese miedo?

Su parte en cualquier contrato negativo con otra persona se basará siempre en su sistema de creencias negativas. Comprobará que el sistema de creencias negativas que anote le resulta familiar. Usted lo utiliza en múltiples aspectos de su vida. Probablemente ya se ha topado con él al realizar los ejercicios de este capítulo que sondean los contratos negativos en las relaciones. Probablemente se ha identificado con los dos ejemplos que hemos visto. Son muy apropiados a la relación curativa. El primer ejemplo dice que es peligroso desafiar a alguien que discrepa con usted. Se basa en la creencia negativa de que el universo no es un lugar que sustente la verdad o el proceso de descubrimiento de la verdad, o, dicho en términos más personales: *Expresar mi verdad y mi creatividad es peligroso.*

Si esta creencia negativa influye en usted cuando interactúa con un profesional del cuidado de la salud, tendrá dificultades para defender aquello en lo que cree. Si no le gusta la actitud o la postura que adoptan los profesionales del cuidado de su salud respecto a usted y a su proceso curativo, es probable que no les desafíe. Se abstendrá de expresar sus dudas sobre el plan que ellos le presenten. Probablemente se abstendrá de expresar sus ideas creativas sobre la autocuración. Por desgracia, esas inquietudes, dudas e ideas creativas pueden constituir la clave de su proceso curativo.

Si desea avanzar en su proceso curativo con la actitud de aumentar su autoconciencia y encontrar su verdad a cada paso, deberá recibir ayuda de alguien que esté dispuesto a trabajar así. No puede ser alguien que se limite a decirle cómo deben hacerse las cosas. Tiene que encontrar a un colaborador que extienda el plan

curativo sobre la mesa y lo comente abiertamente con usted. Usted debe conocer cuáles son sus opciones y qué consecuencias le aportarán, tan bien como cualquier profesional del cuidado de la salud pueda explicárselas. En la actualidad hay muchísimos médicos dispuestos a hacer esto con toda franqueza.

La determinación de si un plan es adecuado para usted y la puesta en duda de uno que no se adapte a sus necesidades le resultarán mucho más fáciles si tiene claro que el sistema de creencias positivas al que está abonado dice que el universo sostiene la verdad, el descubrimiento de la verdad y la expresión de la creatividad en la resolución de problemas. Cuanto más se concentre en esta realidad antes de tener que tomar una decisión, mejor preparado estará para adoptar esa decisión cuando se lo exijan.

En el segundo ejemplo anterior, con el que quizá se ha identificado, la creencia negativa constatada viene a ser algo así: *Cuando tenga necesidades o esté enfermo, lagente se enojará conmigo. Es peligroso tener esas necesidades.*

Obviamente, esta actitud obstaculizará en buena medida su proceso curativo y sus relaciones con los profesionales de la salud que haya escogido. Estarán mucho más ocupados en tratar de determinar cuáles son todas sus necesidades. Y tampoco lo lograrían, si dispusieran de tiempo. Le compete a usted empezar a comprender que tiene necesidades reales de adulto y que esas necesidades son mayores cuando está enfermo que cuando no lo está. Es perfectamente razonable pedir ayuda para satisfacerlas. Si sabe que usted tiene tendencia a no pedir ayuda para satisfacer sus necesidades, deberá concentrarse en la creencia positiva de que vivimos en un mundo en el que todos tenemos unas necesidades humanas y donde éstas pueden satisfacerse. Así pues, usted puede pedir a los profesionales del cuidado de su salud que respondan a esas necesidades. Aun en el caso de que le dé vergüenza, siempre es mejor pedir. Si ellos no pueden satisfacerlas, o si consideran inadecuado hacerlo, usted sigue en el camino que conduce a su satisfacción. Puede seguir pidiendo hasta que encuentre a la persona apropiada para cumplir con sus necesidades.

Reclamar lo que necesita y poner en duda las moda-, lidades de tratamiento agresivas para una enfermedad con riesgo de la vida resulta muy dificil. Exige tener muy claro el sistema de creencias del que uno procede. Por ejemplo, nadie quiere la quimioterapia; nadie quiere someterse a las radiaciones. Pero su resistencia a ellas ¿procede de su compromiso a pedir por sus necesidades y defender su verdad para curarse de un modo que sea adecuado para usted? ¿O es una forma de eludir un tratamiento muy desagradable y de refugiarse así en la negación? Tales son las preguntas que muchas personas deben afrontar. No son sencillas de responder. El conocimiento del sistema de creencias en el que usted basa sus acciones resultará muy útil en ese momento.

Si tiende a no poner nada en tela de juicio, tal vez debería empezar a hacerlo. Si, por el contrario, usted es de los que desafian a todo el mundo por todo, probablemente procede de un sistema de creencias negativas que afirma que la gente no es digna de confianza. En este caso, es probable que sus acciones vayan en detrimento de su salud. La gran pregunta es: ¿actúa usted a partir del amor o del miedo? Si no es del amor, inténtelo de nuevo.

Existen muchas variantes de lo que yo llamo «el juego que hace la gente» a los profesionales del cuidado de la salud. Muchos pacientes quieren que los médicos o sanadores sean más que humanos, que no tengan fallos y que asuman toda la responsabilidad sobre su salud. Por ejemplo, un sistema de creencias negativas que no sostenga la capacidad de pedir ayuda para satisfacer las propias necesidades tiene su aspecto inverso, en el que se supone que el médico o el sanador es omnisciente y omnipotente. Todos tenemos una parte de nuestra personalidad que quiere regresar al útero, donde todas nuestras necesidades eran atendidas de forma automática sin tener que pedir nada. Pero ése no es el mundo real. Todos los seres humanos son limitados. Cada uno de nosotros es humano.

Tenga presente que los conocimientos de los profesionales del cuidado de la salud son necesariamente limitados. El conocimiento de la medicina es limitado. Aunque está científicamente muy avanzado, sabe mucho menos de lo que se puede saber. A fin de cuentas, ha sido y sigue siendo formulado por personas que simplemente tratan de aprender todo cuanto pueden dentro de un marco de conocimiento concreto. Lo mismo ocurre con la curación. Es una senda de conocimiento que tiene una superficie de contacto con la trayectoria de conocimiento de la medicina, y existen muchos procedimientos curativos. Ni la medicina ni la curación pueden asumir la responsabilidad de la persona que nació en ese cuerpo. Usted ha sido siempre y seguirá siendo el responsable de su cuerpo.

En mi calidad de instructora de curación, tropiezo con esto muy a menudo por mediación de mis alumnos. Comoquiera que puedo leer el campo y ver el interior del cuerpo, algunos alumnos creen que eso implica que leo automáticamente todo lo concerniente a su salud cuando asisten a una de mis clases. Varias personas se han enfadado conmigo porque no les he advertido con antelación sobre algún problema que ha salido a la luz en su chequeo médico anual. En cuanto esas personas superan el desconcierto inicial, descubren que en realidad evitan saber detalles sobre el funcionamiento de su cuerpo. Esta actitud suele basarse en el miedo característico de la condición humana en la que vivimos como seres fisicos vulnerables.

Sin embargo, a largo plazo, cuanto más mantenemos nuestra conciencia centrada en el cuerpo, más capaces somos de escuchar los mensajes de nuestro sistema de equilibrado y conservarlo sano día tras día. Esto nos proporciona un gran poder. Mediante nuestro sistema de equilibrado, permanecemos tan atentos como nos resulta posible a lo que ocurre en nuestro hábitat fisico. Así pues, la persona (nosotros) que puede hacer todo lo que puede al respecto está siempre alerta. ¡Estamos siempre concentrados en el interior de nuestro cuerpo!

Esta actitud resulta muy útil. Por ejemplo, en un capítulo anterior mencioné el caso de la curación de un dolor de espalda. Consideré necesario que mi cliente llevara siempre encima algún alimento saludable para

mantener un nivel adecuado de azúcar en la sangre y evitar que volviera a lesionarse la espalda. Esto le dio un resultado excelente. Tomó mucha más conciencia de lo que ocurría en su cuerpo minuto a minuto. Con el tiempo, merced a la atención que prestaba a sus propias necesidades, consiguió curarse la espalda. Una clienta con la que yo trabajaba al mismo tiempo se negó a hacer lo mismo. No quería mantener un buen nivel de conciencia corporal. No comía lo que debía y cuando lo necesitaba para mantener su nivel de azúcar en la sangre y prevenir las lesiones. De modo que sufrió varias recaídas. Tenía graves carencias de autorresponsabilidad por resolver antes de recurrir a esta forma práctica de manejar el problema.

Una vez que haya realizado los ejercicios propuestos en este capítulo para identificar los tipos de contratos negativos que ha establecido con la gente, puede revisar cómo ha suscrito los mismos tipos de contratos negativos con los profesionales del cuidado de su salud. Piense en los ejemplos que hemos visto, y luego plantéese estas cuatro preguntas adicionales:

¿Qué contratos negativos he establecido en el pasado que tal vez utilizo inconscientemente con los profesionales que se ocupan de mi salud?

¿Cuál es el sistema de creencias positivas del que no permitiré que salgan mis acciones? (Tal vez le interese que sea constatado por la persona que haya elegido para trabajar con usted.)

¿Qué necesito de mi sanador, médico u otro profesional de la salud para contribuir a provocar el resultado deseado?

¿Qué mantra sencillo que exprese esta creencia positiva puedo encontrar para utilizar en cualquier momento? (Por ejemplo, podría usar un mantra simple de una sola palabra como *salud, creatividad, paz, verdad, pedir, desafiar, abundancia, placer o amor.* Puede emplear este mantra en cualquier momento del día que desee. Si le gusta ser preciso, basta con pensar en él unas cuantas veces cada hora, o cuando se levante por la mañana o se acueste por la noche. Podría utilizarlo en una meditación formal, tranquilamente sentado con la columna vertebral derecha y alineada. O tiéndase en la cama y concéntrese en una o dos palabras sencillas que signifiquen mucho para usted.)

Ahora que ya sabe qué necesita, puede aplicarlo a los diversos profesionales del cuidado de la salud que eligió en el capítulo 12. Suscriba un contrato imaginario con cada uno de ellos. Tenga muy claro qué quiere de cada uno. Este proceso continuará a medida que reúna más información. Necesitará sin duda un contrato para su sanador distinto al que establezca con su médico. Revise los capítulos 5 y 6 antes de formalizar los contratos. Recuerde que cuanto más lo haga antes de caer enfermo, más sencillo le resultará el proceso cuando esté enfermo. Hágalo ahora como una medida de prevención de su salud, y le será mucho más fácil crear relaciones curativas con las personas a quienes solicite ayuda si contrae una enfermedad. Si precisa ayuda para aclarar el proceso, no vacile en pedirla a alguien que entienda lo que se propone hacer.

Puesto que la mayoría de profesionales del cuidado de la salud no conciertan entrevistas preliminares, lo más probable es que usted no pueda presentar sus ideas hasta su primera visita con un médico o su primera sesión con un sanador. Procure hacerlo durante la fase inicial de la visita. Después de una curación, ya será demasiado tarde. Se hallará en un estado alterado, y probablemente no será conveniente hablar mucho.

Preguntas a plantear respecto al profesional que se ocupe de su salud para cerciorarse de que puede establecer un contrato positivo con él:

¿Está dispuesto a darme la clase de información que quiero, tan detalladamente como le exija para satisfacer mis necesidades? (Asegúrese de que le describa distintas opciones de planes de tratamiento.)

¿Es esa persona clara y sincera sobre lo que puede ofrecerme? ¿Qué limitaciones tiene?

¿A partir de qué sistema de creencias trabaja? ¿Es similar al que yo deseo constatar? (Esta pregunta puede resultar demasiado dificil de responder. Si es así, sáltesela por el momento; ya volverá a presentarse.)

¿Estamos los dos de acuerdo con el resultado deseado? ¿Qué quiere esa persona de mí? ¿Cuáles son mis responsabilidades para llevar a cabo el proceso curativo?

Una vez formado su equipo curativo, asigne a alguien la programación de las muchas cosas que deben hacerse y de la ayuda que usted necesitará para hacerlas, como por ejemplo acudir a las visitas y designar a alguien que le haga las compras para que usted pueda mantener su dieta. Pida a sus amigos que le ayuden a crear su espacio curativo. Resérvese tiempo suficiente para estar solo, para llegar a conocerse mejor.

La creación de una relación curativa con la Tierra

Hay una relación holográfica entre su curación personal y la curación de la Tierra. Muchos de nosotros estamos preocupados por la extensión de los daños que sufre la Tierra en la actualidad. Queremos saber cómo hemos contribuido específicamente a crear esos daños y cómo podemos ayudar personalmente a remediarlos. Como ya he mencionado al principio de este capítulo, todo lo que se ha dicho sobre las relaciones individuales puede aplicarse a nuestra relación con la Tierra. Colectivamente, nuestros contratos negativos se reflejan en la forma en que tratamos el planeta. En un nivel personal, todos los contratos negativos que usted puede haber detectado en sus relaciones personales funcionan también holográficamente en su relación con la Tierra.

Es en el cuarto nivel de nuestro campo que nos conectamos con la Tierra y creamos relaciones con ella como las que establecemos con los demás. Desde la perspectiva aural, la Tierra es un ser vivo y sensible, y nosotros formamos parte de su cuerpo. Esta idea tiene sentido en la metafisica M-3. Puesto que toda la materia se crea a partir de la mente o la conciencia, ésta dio origen al cuerpo fisico de la Tierra. Entonces la Tierra fisica, al igual que el cuerpo humano, surgió de la conciencia que la creó. Así como nuestra conciencia está conectada a nuestro cuerpo a través del campo aural, también la Tierra posee una conciencia con la que se conecta a través del campo aural terrestre. Parte del aura de la Tierra es conocida a partir del estudio de la magnetosfera y de los cinturones de Van Allen, que son partes del campo magnético terrestre. Muchos de ustedes habrán visto los maravillosos colores de la aurora boreal, que son muy parecidos a los del aura humana. Puesto que nuestro cuerpo forma parte de la Tierra, estamos conectados holográficamente con ésta. Nacemos de ella, y es nuestra madre. Los nativos americanos hacen honor a esta conexión y demuestran un humilde respeto por nuestra dependencia de la Tierra.

Mucha gente de nuestra cultura actual prefiere olvidar nuestra dependencia respecto a la Tierra y nuestras interconexiones con todos los seres que viven sobre ella. Actuamos como si fuese propiedad nuestra; de hecho, hasta creemos poseer partes de ella. Considero que Cocodrilo Dundee lo expresa muy bien cuando dice en la película: «Es como dos pulgas que discuten sobre cuál de ellas posee el perro en el que viven». Gran parte de los malos tratos que dispensamos a la Tierra se deriva de nuestro dolor personal, recreado por mediación de nuestras creencias negativas. Nos aferramos colectivamente a ese dolor, y colectivamente también maltratamos el planeta.

Ya que hemos aprendido de la teoría holográfica que todo cuanto hacemos afecta a todo lo que existe, debemos responsabilizarnos de alguna manera, quizá con modestia, de lo que está ocurriendo en la Tierra. A fin de cuentas, el sistema más pequeño dentro del sistema mayor está directamente conectado a éste y lo afecta inmediatamente. Este pensamiento es abrumador para la mayoría de nosotros. Ya tenemos bastante que afrontar en nuestra propia vida sin tener en cuenta los problemas del planeta. Mucha gente se desentiende de la enormidad de los problemas que la humanidad en su conjunto afronta ahora.

Para enfocar esta cuestión, alguien preguntó a Heyoan en cierta ocasión: «¿Qué puedo hacer por la paz en el mundo?». La respuesta canalizada que recibí no sólo aclaraba cómo contribuimos a la creación del problema, sino que nos brinda además una forma de desempeñar nuestro papel sin que nos sintamos tan abrumados como para desentendernos.

Fundamentalmente, lo que dijo Heyoan es que, así como usted mantiene sistemas de creencias negativas que inducen dolor en su vida, contribuye también a mantener el sistema de creencias negativas en el inconsciente colectivo de la humanidad del que emana el dolor del género humano.

Reproduzco seguidamente la respuesta canalizada y el proceso gradual para que usted encuentre el ámbito adecuado en el que prestar sus servicios.

* * *

¿QUÉ PUEDO HACER PERSONALMENTE POR LA PAZ MUNDIAL?
Canalizado de Heyoan

Se trata de una pregunta maravillosa, y espero que se la plantee mucha más gente. Cada vez resulta más importante que un mayor número de personas empiecen a asumir la responsabilidad de convertirse en ciudadanos del mundo. El primer paso hacia ese objetivo consiste en veros a vosotros mismos desde el mirador más alto, y dejar que vuestras decisiones y acciones se deriven de ese conocimiento más amplio.

Desde nuestro mirador, puesto que sois co-creadores de la Tierra y de todo cuanto existe en ella, vosotros la habéis hecho tal y como es. Vosotros habéis creado todo lo que experimentáis en vuestra vida, y cuando hay dolor, está presente sólo porque vosotros lo habéis permitido. Esto no significa que seáis malos; simplemente quiere decir que no habéis aprendido una lección que habéis venido a aprender, y por tanto habéis propiciado una situación que no sólo emana de esa ignorancia, sino que os proporciona precisamente las herramientas que necesitáis y la dirección en que mirar para incorporar ese aprendizaje.

Adoptad nuestra perspectiva y aplicadla a la situación mundial. Primero planteaos las preguntas que os formularíais respecto a cualquier aspecto personal. ¿Qué implica esta situación del mundo para mí personalmente? ¿Cuál es el mensaje que el mundo más amplio (siendo un espejo del ser) trata de decirme sobre lo que debo aprender? ¿Cuál es la naturaleza del dolor que he contribuido a crear? ¿Qué puede hacerse al respecto, y qué puedo hacer yo personalmente? ¿Cómo he contribuido personalmente a la situación más amplia?

Ahora podríais decir: «Yo no lo he hecho». Incluso podríais culpar a otros -«Han sido los políticos»-, o podríais responsabilizar a otra nación o grupo étnico. Pero sois vosotros quien ha participado en unas elecciones o se ha abstenido de votar. Sois vosotros quien ha albergado prejuicios sobre los que parecen distintos a vosotros. Lo hacéis con perfectos desconocidos y con la gente que conocéis. Estas generalizaciones y supuestos que hacéis sobre los demás los dirigís también, de un modo automático y a menudo inconsciente, hacia vosotros. Esto os ocasiona una gran cantidad de dolor personal interno. Cuando oís a alguien que habla en términos negativos de otro, planteaos qué efecto tiene sobre vosotros cuando decís lo mismo de vosotros.

Los anhelos del alma humana no se limitan a las fronteras, las lenguas y los credos nacionales. Pero, con esas distinciones, el alma encuentra un aula (o un patio de juegos) adecuada para aprender. Es precisamente esta variedad lo que convierte la Tierra en una magnífica opción para encarnarse. Las naciones se crearon para aportar

diversidad y emoción a tus vidas. No se pretendía que fuesen un campo de batalla. De hecho, uno podría vivir múltiples vidas en la Tierra en varios entornos sin llegar nunca a aburrirse.

Así pues, ¿qué ha ocurrido? Las cosas que os trajeron a la Tierra para aprender son precisamente las cosas que provocan los problemas. Fundamentalmente, vuestra creencia en una realidad separada os induce a volver cada vez a la Tierra. Esa creencia propicia también vuestro miedo. De modo que habéis venido aquí para disipar vuestro miedo, pero es a través del miedo que debe disiparse que habéis traído más miedo. Así, os preguntáis: «¿Qué es exactamente lo que me da miedo, tanto en mi vida personal como a escala mundial?». Fijaos en que son, en realidad, el mismo miedo. ¿Sabéis que esos temores son precisamente el mismo miedo que tiene la mayoría de humanos, y a partir del cual actúa la mayoría de humanos? Esos miedos comunes son, por tanto, el origen del conflicto en el mundo.

Todos teméis la pérdida, la enfermedad, la muerte y la ausencia de libertad. Todos teméis que alguien os arrebate algo de valor una vez que lo habéis establecido en vuestra vida. Pero yo os digo que las únicas personas que pueden hacer eso sois vosotros.

Trataréis de arrebatar la libertad de otro en la misma medida en que renunciáis a vuestra libertad personal por miedo. En la misma medida en que inducís la enfermedad en vuestro cuerpo, dejaríais que los demás conservaran la enfermedad en el suyo y os quedaríais al margen sin ofrecerles ayuda. En la misma medida en que propiciáis el empobrecimiento de la nutrición física, emocional, mental y espiritual en vuestra vida, podéis tolerar el empobrecimiento en los demás e incluso la esperanza de compañía. Aquello que os habéis hecho a vosotros, se lo habéis hecho a los demás.

Así pues, el primer sitio en el que propiciar la paz mundial es en casa. Cread armonía en vuestra casa, en la oficina y en la comunidad, y luego llevadla más allá de las fronteras nacionales. ¿Dejaríais que vuestro hijo pasara hambre? Entonces ¿por qué dejáis que el hijo del vecino, el africano o el indio pasen hambre? Allí donde no habéis ido más lejos es donde os habéis limitado a vosotros mismos: en vuestra autodefinición, vuestro amor y vuestra fuerza.

Os recomiendo que cada uno de vosotros destinéis el diez por ciento de vuestro tiempo y energía a un proyecto privado que tienda a conseguir la paz en el mundo. Esto puede hacerse en el ámbito de la educación, de la actividad política, de las comunicaciones, o simplemente mediante la contribución económica a una causa con la que os sintáis muy identificados. Hacedlo tan sólo desde la perspectiva de que habéis contribuido a crear la situación tal como es y por lo tanto pretendéis remediarla como los sanadores que sois y con el poder del que disponéis como co-creadores. Así, en vez de trabajar por la paz mundial porque debéis, lo haréis porque queréis. En lugar de trabajar por miedo o culpabilidad, lo haréis desde el punto de vista de un creador que repara su obra. No enfoquéis nunca la paz mundial desde el punto de vista de que sois casi impotentes para hacer nada al respecto. Sencillamente, esto no es ni será nunca verdad. Vosotros sois los co-creadores de toda vuestra experiencia, incluida la situación del mundo. Si no os gusta lo que habéis creado, descubrid las lecciones que habéis de aprender de vuestras creaciones imperfectas y recreadlas de otra forma más adecuada.

Si teméis a la pobreza, vuestras acciones derivadas de ese temor -tratando de impedir la pobreza personal- ayudarán a crear la pobreza a escala mundial. Vuestro miedo contribuye a mantener la creencia masiva en la pobreza. Esta creencia masiva en la pobreza provoca una. reacción contraria en la que todos se esfuerzan por conseguir más y guardarlo para ellos. Esta codicia desencadena la lucha por el dominio económico que ha provocado, a su vez, el empobrecimiento de los recursos del planeta. Esto origina más pobreza y la mantiene en el mundo físico.

Pensadlo bien, amigos míos: las cosas que más abomináis y teméis son precisamente las cosas que ocasionáis. Así, no sólo ahondáis en la creencia en vuestra pobreza personal y en lo que ésta supone para vosotros, sino que destinaréis el diez por ciento de vuestro tiempo a considerar el problema de la miseria en el mundo. La solución mundial será la misma que la personal.

La codicia se basa en el miedo a no tener suficiente. Lo que parece ser codicia es en realidad consecuencia del miedo a la pobreza. Éste, a su vez, provoca pobreza, que conduce a la destrucción de los recursos terrestres y amenaza vuestra propia existencia. En último término, por tanto, vuestro miedo a la pobreza oculta vuestro miedo existencial, y en último término vuestra codicia se apoya sobre los inestables cimientos de vuestro intenso miedo existencial.

Bien, ¿qué puede decirse de esta codicia? Codicia es un término que probablemente no deseáis aplicaros nunca a vosotros mismos. Suavicémoslo un poco. Si buscáis en vuestro interior, encontraréis muchos «quieros». Haced una lista de vuestros «quieros». Descubriréis que muchos de ellos tienen la misión de hacer que os sintáis seguros, lo cual no pueden lograr nunca. Ahora preguntaos: «¿Cuáles de esos "quieros" deseo crear a partir de mi conciencia elevada, basados en mi sistema de creencias positivas? ¿Cuáles quiero crear para que me hagan sentirme seguro, basados en mi sistema de creencias negativas?». Dividid la lista en estos dos apartados. Ahora concentraos en la lista positiva y planteaos: «¿Cómo sirve cada uno de mis "quieros" al mundo así como a mi ser personal?». A continuación, dirigíos a cada aspecto orientado a sofocar el miedo y preguntad: «¿Qué miedo trato de sofocar, y cómo? Si actúo conforme a esos "quieros", ¿cómo afectarán mis acciones al mundo?». Como sabéis a partir del material anterior, básicamente estáis actuando en función del miedo y por tanto afirmándolo en el mundo al proseguir esa acción. Fijaos en que, al hacer esto, podríais descubrir que algunos de los «quieros» están en la lista errónea.

Este ejercicio puede brindaros una mejor comprensión de vuestra responsabilidad de crear no sólo vuestra experiencia vital sino también la situación en el mundo. ¡Sois muy responsables! ¡De hecho, ejercéis un gran efecto!

Así pues, queridos, tomad conciencia del efecto directísimo que vuestro sistema de creencias tiene tanto en vuestras relaciones personales como en la situación mundial. Debido a este poderoso efecto directo, vosotros podéis cambiar ambos aspectos descubriendo vuestro sistema de creencias negativas y modificándolas para proyectar amor, atención y verdad hacia el mundo. Que la paz y el amor estén con vosotros.

* * *

Deberes impuestos por Heyoan

1. Enumere sus temores en el nivel personal. Enumere sus temores en el nivel mundial. Vea sus semejanzas.
2. Enumere sus deseos. Divida la lista entre los deseos para sofocar el miedo procedente de las creencias negativas (deseos negativos) y los que se derivan de las creencias positivas (deseos positivos).
3. Localice el miedo de donde vienen sus deseos negativos. Busque la conciencia elevada de donde proceden sus deseos positivos.
4. ¿Qué ha creado en el nivel personal a partir de cada uno de esos deseos positivos y negativos? ¿Qué hay en la situación mundial similar a la personal? Eso es lo que usted ha contribuido a crear en el mundo, tanto lo positivo como lo negativo.
5. ¿En qué aspecto de la ayuda al mundo (según sus creaciones negativas procedentes del miedo) desea dedicar su diez por ciento en bien de la paz mundial?

Consecuencias de eliminar sus deseos para sofocar el miedo

Piense en la persona que es glotona porque tiene miedo a la inanición. Es posible que coma en exceso e incluso acumule comida. Esa persona ayuda a mantener el miedo a la inanición en el inconsciente colectivo de la raza humana. Cuando trabaje con su problema, podría optar por contribuir a alimentar a los habitantes del planeta que están muriendo de hambre.

Un amigo mío al que llamaré Mark hizo esto. Cuando yo le conocí, tenía exceso de peso. Yo no sabía nada sobre su contexto personal. Pero sí sabía que estaba muy preocupado por su peso y por los problemas de salud que le causaba. Estaba especialmente inquieto por la tensión suplementaria sobre su corazón. En otro tiempo, había trabajado con este problema sometiéndose a varias clases de dietas, perdiendo algunos kilos y recuperándolos de inmediato. Había profundizado en los factores internos relacionados con su peso antes de poder identificar el problema. Acudió a un sanador para que le ayudara a dejar de comer en exceso. Compartió su proceso curativo conmigo, y me ha autorizado a escribir sobre su caso.

Mark descubrió que el primer nivel del miedo que albergaba en su interior no era más que el miedo al hambre. No podía soportar la sensación interna de hambre. Esto constituyó una sorpresa para él, y no tenía idea de cuál debía de ser el origen de ese miedo. De hecho, no era una realidad en su vida. Escudriñó la fuente del miedo al hambre y descubrió que sus padres habían tenido grandes dificultades económicas en el momento de nacer él, durante la Gran Depresión estadounidense de fines de los años treinta. Aunque anduvieron siempre preocupados por su sustento diario, nadie pasó hambre. Mark había encontrado el origen de su miedo al hambre. Lo llevaba en el legado de su familia, aunque no llegó a suceder nunca. Así pues, siendo niño aprendió que esa gran desconocida llamada hambre era algo terrible y temible. Su psique infantil no sabía distinguir entre fantasía y realidad. La solución que decidió aplicar en su infancia era, simplemente, no pasar nunca hambre. Funcionó, pero también ganó peso.

En su proceso curativo, Mark empezó a practicar la tolerancia al miedo al hambre ingiriendo buenas comidas sanas y abandonando su hábito casi constante de comer a todas horas. La mejora de su dieta aumentó de inmediato su nivel de energía y su nivel de autoconciencia. Lo distinto de este proceso fue que su motivo era más profundo que la mera pérdida de peso, como lo había sido en las dietas anteriores. Se había convertido en una exploración de su mundo interno.

En ocasiones, el miedo era demasiado intenso, por lo que Mark tomaba un tentempié. De este modo trabajaba consigo mismo progresivamente. Mientras seguía explorando su experiencia de la sensación de hambre, constató que podía empezar a distinguir entre la sensación de hambre y la sensación de vacío interior. Comprobó que incluso le gustaba la sensación de vacío interior porque le proporcionaba una gran cantidad de espacio. Era tranquilo, era sólo vida sin forma. De vez en cuando surgía de su vida interior algo nuevo desprovisto de forma. En muchas ocasiones, experimentó un intenso éxtasis espiritual.

Más tarde comenzaron a surgir otras cosas de ese vacío interior. Un día, mientras estaba sumido tranquilamente en su interior, experimentó la sensación creciente del miedo a morir de inanición. Luego, esa sensación se desató en toda su intensidad. Mark se encontró de pronto en medio de la experiencia de morir de hambre. Era otro siglo. Él estaba en un cuerpo distinto y en otra vida. Salió de su meditación impulsado por el miedo. Posteriormente, durante su sesión curativa con el sanador, le contó a éste lo sucedido. En el transcurso de la curación, retrocedieron juntos en el tiempo hasta la experiencia de una vida anterior que se había manifestado en la conciencia de Mark. El sanador trabajó para limpiar el campo aural de su cliente de los residuos aurales dejados por aquella experiencia. Mark se experimentó a sí mismo viviendo en una época de gran hambruna. Según su experiencia, él mismo había contribuido a provocar ese hambre mediante un abuso de poder. Él y otros muchos llegaron a perder su familia y su vida a causa del hambre.

Claro que en este caso no hay forma de demostrar que esto le hubiese ocurrido de verdad. Pero existen algunos estudios muy bien organizados que confirman la experiencia de Mark, como por ejemplo uno de Ian Stevenson, de la Universidad de Virginia, que verifica la información sobre vidas anteriores obtenida de niños muy pequeños. En cualquier caso, lo que más nos interesa aquí es el efecto curativo de eliminar esta experiencia del campo aural de Mark. Primero perdió su miedo al hambre y a la inanición. Luego transformó considerablemente su vida.

Como dijo Mark:

Cuando mi campo energético quedó limpio, comprendí por fin que mi miedo venía de algo que ya había ocurrido en lugar de algo que iba a suceder. Entonces sentí el deseo abrumador de impedir la posibilidad de que volviera a ocurrir. Vi los errores que había cometido la última vez, y quise intentarlo de nuevo.

Empecé a considerar el comer como una forma agradable de alimentar mi cuerpo para poder tener la libertad de ser quien soy y hacer lo que he venido a hacer aquí, que es combatir el hambre real que tiene lugar en la Tierra en nuestros días.

Mark ya no cree en el miedo al hambre. Enseña meditación sobre el vacío interior como un camino hacia el descubrimiento de uno mismo. Sostiene la creencia de que la experiencia del vacío interior es una parte maravillosa y necesaria de la vida humana que conduce a una mayor autocomprensión y a la conexión de todas las cosas. Mark ha perdido siete kilos, y trabaja para una organización que combate el hambre en el mundo.

Capítulo 14

LOS TRES TIPOS DE INTERACCIONES DEL CAMPO AURAL EN LAS RELACIONES

Uno de los privilegios más interesantes que concede la EPS (Elevada Percepción Sensorial) es el don de contemplar las interacciones de campo aural entre las personas cuando se relacionan unas con otras. En el cuarto nivel del campo aural, todo lo que hacemos con los demás se muestra en un despliegue vivo, móvil y constantemente cambiante de una luz fluida de colores, o bioplasma. La interacción del bioplasma revela muchas cosas sobre las relaciones que yo jamás había sospechado antes de observar esas interacciones de campo aural con detalle. Las interacciones bioplasmáticas revelan que estamos conectados a los demás de muchas maneras que nuestras teorías psicológicas y sociológicas no han recogido. Muestran una interdependencia entre todos los seres vivos mucho más compleja de la que hemos entendido previamente.

Por más que podamos pensar que somos independientes y hacemos cosas por nosotros mismos, en realidad no es así. Ésta es una lección que muchos seres humanos están volviendo a aprender ahora. En las comunidades tribales del pasado, sabíamos lo mucho que dependíamos de los demás. Pero a principios del siglo xx, el mundo moderno nos dio una falsa sensación de libertad. Ahora, mediante las imágenes de la Tierra servidas por los satélites y la moderna tecnología de comunicaciones, tenemos una visión más amplia de lo que significa ser interdependiente. Vemos que nuestras acciones individuales se combinan en una poderosa fuerza que está cambiando la faz del planeta. Vemos que lo que se hace en un país puede afectar de inmediato a todos los demás. Lo comprobamos en el sistema bancario mundial, en los mercados bursátiles, en el armamento y en la contaminación de la Tierra. La preocupación internacional que demuestra ahora el ciudadano medio, estimulada por algo tan simple como ver el telediario, indica que la conexión holográfica planetaria empieza a dejarse sentir.

Todo cuanto pensamos, decimos y hacemos holográficamente afecta a los demás a través de los campos de energía vital. La mayoría de nosotros no somos conscientes de la significación de esta afirmación. No obstante, muchos están empezando a serlo. Mucha gente la percibe de una forma primitiva. Notamos una sensación visceral de que algo terrible ha ocurrido, y encendemos el televisor para comprobar qué es. Esto es lo que hicieron muchos el 17 de octubre de 1989, cuando los televisores confirmaron que esa sensación visceral tenía fundamento: San Francisco acababa de registrar el segundo terremoto de mayor importancia en cuanto a intensidad de toda su historia. Esta sensación visceral de que algo malo ocurre es común a mucha gente cuando se produce una gran catástrofe en algún lugar de la Tierra. En otros casos, notamos una sensación de ligereza y libertad que nos anuncia un suceso maravilloso. Así, por ejemplo, cuando el muro de Berlín fue derribado, experimentamos nuestra conexión con los berlineses en su lucha y defensa de la libertad.

Sentimos esa conexión no sólo porque hemos visto un suceso en televisión, sino también porque estamos energéticamente conectados, a través del cuarto nivel del campo aural, a todos los habitantes del mundo. Resonamos con quienes anhelan la libertad de todo corazón. Abrir nuestra conciencia en el cuarto nivel significa literalmente sentir a los demás. Implica sentir su presencía y su realidad más intensa de sentimientos, esperanzas, alegrías, temores y deseos, como si fuéramos ellos. En el cuarto nivel, los límites personales son muy distintos de los existentes en el mundo fisico. Exploremos el significado de esto.

En el cuarto nivel del campo, la energía-conciencia adopta la forma de lo que cree ser. Lo que cree ser depende de su frecuencia vibratoria y de su contenido energético. Cuando nuestras energías son parecidas en

el cuarto nivel, nos sentimos como si fuéramos una misma persona, porque sentimos exactamente lo que sienten los demás. «¿Soy yo o eres tú?», preguntamos.

Sin embargo, cuando nuestras energías difieren en el cuarto nivel, notamos que no somos la misma persona. Es decir, no somos los demás porque poseemos nuestros propios sentimientos, distintos de los suyos. En el cuarto nivel, vamos y venimos entre la fusión o unión con los demás y la separación de ellos en un esfuerzo por individualizarnos.

En el proceso de la vida en el cuarto nivel, nos unimos y fusionamos en comunión. Esta comunión nos permite luego alejarnos hacia la individualización. Sólo a través de ésta podemos conocer nuestra divinidad interior única. Cuanto mejor conocemos nuestra divinidad interna, más capaces somos de unirnos en comunión. Mediante este proceso circular de autoconciencia gradual, se origina el amor.

Este proceso puede resultar muy desconcertante cuando tratamos de aclarar la realidad del cuarto nivel en el mundo fisico, donde los límites están perfectamente definidos por nuestra piel. Simplemente, la realidad es muy distinta en el cuarto nivel del campo de como es en el nivel fisico. Empecé a describir esta diferencia, desde la perspectiva científica, en el capítulo 2. Ahora lo haré desde la perspectiva espiritual. Para comprender por qué el proceso de la vida en el cuarto nivel del campo es tan distinto de como es en el nivel fisico, debemos explorar el proceso de creación subyacente que funciona aquí.

Veamos cómo se origina el cuarto nivel: La fuerza creativa del núcleo de nuestro ser se proyecta hacia abajo, a través de los niveles superiores del campo aural, y accede al cuarto en su camino hacia el mundo fisico. Cuando lo hace, se divide en dos y se vuelve relacional. En ese momento se produce una escisión dualista. Es en el cuarto nivel del campo donde nos volvemos dualistas por primera vez. El cuarto nivel de nuestro campo aural es el puente entre los mundos fisico y espiritual. Experimentamos este puente a través de las relaciones con los demás. Sin este puente de relación, lo fisico y lo espiritual parecerían estar divididos y separados.

En los niveles quinto, sexto y séptimo, que corresponden a nuestra espiritualidad, no experimentamos la dualidad. Las principales funciones de la dualidad consisten en explorar la diferenciación y definir límites. Cuando la creación va bajando por los niveles inferiores al cuarto y accede entonces al mundo fisico, los lí

mites aparecen mucho más definidos. Cada nivel progresivamente inferior posee una dualidad más definida. Así pues, es en el cuarto nivel que la dualidad empieza a manifestarse en el movimiento oscilatorio entre sentir que usted es igual que otra persona y sentirse distinto a los demás.

Inmediatamente debajo del cuarto nivel se encuentra el nivel de la mente. Aquí, mediante la lucidez, pensamos en quienes somos: «Pienso, luego existo. Yo pienso de forma distinta a ti. Por tanto, yo soy yo y tú eres tú». En el segundo nivel del campo, la dualidad vuelve a expresarse de un modo distinto: «Tengo sensaciones emocionales de mí mismo, por lo tanto soy. Me siento distinto de como te siento a ti, por lo que somos distintos. No somos la misma persona». En el primer nivel del campo, la dualidad se manifiesta así: «Me siento a través de la sensación. Siento mi cuerpo físico. Siento tu cuerpo fisico. Es distinto, por tanto soy distinto a ti». En el nivel fisico, nuestra piel define nuestra forma. Nos miramos en un espejo y decimos: «¡Oh, sí, soy yo!».

Pero podríamos preguntarnos: ¿por qué son tan importantes la diferenciación y la individualización si a fin de cuentas todos somos uno? En el dualismo, aprendemos a individualizar nuestra conciencia a través de la relación «yo-tú». Es *sólo mediante el dualismo al que destendemos como podemos despertar nuestra conciencia a la individualidad.* A través del dualismo nos proveemos de un espejo para echarnos un buen vistazo. Sin el dualismo, no tendría lugar el discernimiento de nuestra individualidad. No puedo sobreacentuar la importancia de este hecho.

Stylianos Atteshlis, que reside en Chipre, es un sanador de fama mundial que recibe el nombre de Daskalos en el libro *The Magus of Strovolos,* de Kyriacos Markides. En sus enseñanzas teológicas, Atteshlis explica el dualismo como la descendencia del hombre de los ángeles. Sostiene que sólo a través del descenso a la experiencia humana de la dualidad y la libre voluntad puede existir la conciencia. Afirma que todos fuimos arcángeles que pasamos a través de la «idea de hombre» a la dualidad para despertar a nuestra divinidad interna y adquirir conocimiento de la evolución de la conciencia. Añade que los ángeles y los arcángeles no están individualizados como nosotros; no tienen conciencia del ser individual, sino que carecen de individualidad. La libre voluntad es, automáticamente, voluntad divina; no existe la libre voluntad. En otras palabras, la idea de opción no existe en un ser no individualizado. En cambio, los seres humanos, que concluyen sus ciclos de nacimiento y muerte en este planeta y luego trascienden a mundos superiores, son seres de un gran poder espiritual que están, además, individualizados.

La individualización es un proceso que empieza en la encarnación a través del cuarto nivel de dualidad y luego desciende a la dualidad en el mundo fisico. Es un proceso de creación a muy largo plazo que se perpetúa a través de los siglos en el plano fisico. Luego pasa a frecuencias más elevadas de experiencia vital que aparentemente continúan de un modo infinito.

Así, aunque muchos de nosotros nos quejamos de la dualidad y las dificultades de las relaciones humanas, *las relaciones ocupan el núcleo del crecimiento y el desarrollo espiritual.* El cuarto nivel es un puente entre nuestra espiritualidad y nuestra naturaleza física. Es un puente entre el cielo y la Tierra. Es un puente construido por las relaciones. Es mediante las relaciones que nos hacemos íntegros. En otros tiempos, algunos consideraban una experiencia muy espiritual la meditación en una montaña. Pero eso ha dejado de ser cierto. Una vez que hemos estado en la montaña para conocer a Dios, debemos devolver nuestro aprendizaje a la

humanidad para darle un sentido. ¿Podemos seguir siendo afectuosos, sinceros y veraces? Es mucho más dificil en el terreno de las relaciones que en lo alto de una montaña.

Muchos de nosotros nos perdemos en el puente del cuarto nivel porque no sabemos cómo crear relaciones que satisfagan nuestras necesidades, tanto de dar como de recibir. A través de las relaciones se pone a prueba nuestro aprendizaje. Haciendo que nuestras relaciones funcionen mejor para satisfacer nuestras necesidades y las de los demás, tendemos el puente entre nuestro ser personal (niveles del uno al tres del campo aural), pasando por el ser interpersonal (cuarto nivel del campo aural), y nuestro ser único trascendente (niveles del cinco al siete del campo aural). En el cuarto nivel, aprendemos a conocernos mejor a nosotros mismos, a los demás y, con el tiempo, a Dios, mediante la identificación de Dios dentro de nosotros y de los demás.

Todas las correlaciones energéticas con nuestras interacciones con la gente (individuos o grupos reducidos o numerosos), animales, plantas, minerales y el planeta se encuentran en el cuarto nivel de nuestro campo. Es el nivel en el que creamos y expresamos amor por todos los seres sensibles. El cuarto nivel de nuestro campo es un puente de amor. Cada vez que dos personas interactúan, se produce una gran cantidad de actividad en el cuarto nivel del campo aural.

Cuando la visión de la EPS estudia el cuarto nivel, se nos revela todo un mundo de conexiones. Hay tres tipos principales de interacciones de campo en el cuarto nivel de nuestro campo aural. El primer tipo es a través de la inducción armónica de las frecuencias de un campo en el campo de otra persona. El segundo tipo, y el más evidente, consiste en los flujos de energía fluida de colores, o bioplasma, que circula entre los campos. Y el tercer tipo reside en los cordones de luz a través de los cuales nos conectamos con los chakras de los demás.

Cada tipo de interacción aural puede ser positivo o negativo. Las interacciones positivas sirven para cargar y alimentar nuestro campo. Cuantas más de ellas establezcamos, más completa, satisfactoria y feliz será nuestra vida. Por otro lado, las interacciones negativas pueden causar daños en el campo aural y conducir a la ' enfermedad.

Comunicación por inducción armónica de las vibraciones de campo

Una forma esencial de comunicarnos a través del sistema del campo aural es influyendo en los índices vibratorios del campo ajeno. Los índices vibratorios del campo de otra persona inducen un cambio en los índices vibratorios del campo de otra. Funciona igual que los diapasones. El campo aural más fuerte suele influir en el otro. Es por eso que muchas personas recorren grandes distancias para establecerse en el campo de su gurú. El gurú suele ser alguien que ha consagrado mucho tiempo en su vida a meditar y a aumentar la frecuencia, el tamaño y la fuerza de su campo. Cuando los discípulos se sientan dentro del radio del campo del gurú, el campo aural de aquéllos sube a unas vibraciones más elevadas. Y se sienten de maravilla. Naturalmente, esto desencadena también el proceso personal de esa gente, por cuanto el incremento de la energía que circula por el campo libera bloqueos de energía que deben afrontarse a continuación.

La inducción armónica es un factor importante en las relaciones. Si su campo es fuerte, con más energía que el de su cónyuge, y su ritmo vibratorio es más rápido, su campo inducirá un índice vibratorio más elevado en el campo de su pareja. Si su campo presenta un ritmo más lento pero es más fuerte -contiene más energía-, su campo disminuirá las vibraciones del de su pareja. A la gente le gusta mantener su campo dentro de unos límites determinados de ritmos vibratorios. Las parejas suelen equilibrar los suyos dentro del mismo radio. O bien los individuos eligen a una pareja cuyo índice vibratorio está fuera de su radio para ayudarla a aumentarlo o reducirlo.

Resulta difícil comunicarse a través de una diferencia muy grande entre los índices de vibración. Las relaciones íntimas requieren un acoplamiento de campos. En otras palabras, la capacidad de vibrar en el mismo radio de frecuencia o de sincronizar los campos utilizando armónicos es necesaria para la comunión.

Cuando las personas no están en el mismo radio de fecuencia o no pueden sincronizarse armónicamente, resulta extraordinariamente dificil comunicarse. No sólo no se entienden entre ellos. Es como hablar a una pared. Sus vibraciones no ejercen afecto alguno en las del otro. O también puede tener la sensación de que sus palabras se desvanecen en una nube. Sus vibraciones son absorbidas en el campo de su interlocutor sin que produzcan ningún cambio en él, o salen despedidas hacia el espacio. Sus vibraciones se reflejan como en un espejo sin que produzcan efecto alguno. O bien se marchan por encima de la cabeza del otro; sus vibraciones tienen una frecuencia demasiado alta, y el campo de la otra persona no es capaz de vibrar tan de prisa. Para que se produzca un intercambio de información, un campo ha de tener algún efecto en el otro. Claro que muchas veces es posible impedir intencionadamente que el propio campo no sea afectado por un campo ajeno. Uno puede convertirse en un espejo, una pared de ladrillos, una nube, o volverse demasiado opaco para evitar la comunión. Todos lo hacemos en alguna ocasión para impedir el acceso a los demás.

Cuando dos personas entran en comunión, los campos se afectan mutuamente de una forma hermosa. Las vibraciones de un campo producen cambios en el otro, que genera a su vez nuevos cambios en el primero. Este proceso continúa en un ciclo de retroalimentación positiva, originando frecuencias y colores nuevos en ambos campos y aportando un gran placer a las dos personas implicadas. Ambas aprenden mucho en este tipo de comunicaciones.

Nos sentimos inmediatamente incómodos en una relación cuando percibimos la llegada de vibraciones a nuestro campo a través de una inducción armónica que no nos gusta. Hay veces en que los campos

aurales de dos personas chocan entre sí, dando lugar a una interferencia chirriante y aguda que se asemeja al acoplamiento que se produce cuando un micrófono se acerca demasiado a un altavoz. Estas interacciones de campo energético son muy desagradables, y nos resultan muy difciles de afrontar. Se registran conscientemente en forma de repulsión, desagrado, miedo o hasta repugnancia. Simplemente, no nos gusta esa persona. Esto se mantiene hasta que alguno de los dos cambia. Cuando cambian, también lo hace su campo aural.

La relación a través de flujos bioplasmáticos

Cuando dos personas interactúan, circulan entre ellas unos caudalosos flujos de bioplasma. Cuando las personas se gustan entre sí, intercambian una gran cantidad de energía. La energía-conciencia contenida en esos flujos bioplasmáticos se corresponde con el tipo de comunicación que se establece entre las personas implicadas. Los colores y formas de los flujos bioplasmáticos describen el carácter de la comunicación. En una comunicación cómoda y agradable, los flujos discurren con fluidez, con colores brillantes que se combinan en un intercambio de energía. Cuando un flujo procedente del campo de una persona se extiende y toca el campo de otra, llena éste con colores, sensaciones y energía. En las interacciones relacionales normales, se intercambian muchas clases distintas de flujos de energía-conciencia entre las personas participantes. Los flujos pueden presentar cualquier color del arco iris y cualquier forma. El efecto general de los colores sigue las mismas directrices que se ofrecen en la figura 9-2. Cuanto más vivos y más claros sean, más positiva, potente y nítida será la energía-conciencia. Esta es la clase de comunicación en la que cada persona aporta mucho a la otra, y ambas se sienten realizadas al ver cumplidas sus necesidades.

El chakra del corazón, en el cuarto nivel del campo, es de color rosa. Si hay mucho amor en la interacción, se produce un abundante flujo de energía rosada en forma de olas lentas. Cuando dos personas se enamoran, el chakra del corazón en el cuarto nivel se vuelve muy activo, arrastrando más energía rosada al interior de su campo aural. (Véase la figura 14-1, en el encarte a todo color.) Muy pronto sus auras rebosan de energía rosada. Las parejas enamoradas crean una bonita nube de energía rosa a su alrededor. Cualquiera que se encuentre cerca de esta nube se siente muy bien. A todos nos gusta la gente enamorada. Cuando estamos cerca de ella, nuestro chakra del corazón en el cuarto nivel empieza a abrirse más y absorbe más energía rosada. Y también nuestro campo aural comienza a generar una nube de color rosa. Si hay pasión, el rosa contendrá mucho anaranjado, con un efecto estimulante. Las olas serán más rápidas y encrespadas.

Probablemente, una de las cosas más curiosas de observar es cuando las personas fingen que no interactúan. Puede que no se miren unas a otras o no reconozcan manifiestamente la presencia del otro, pero entre ellas circulan grandes flujos de bioplasma de colores. El campo de cada persona reacciona con un vivo centelleo. Esto puede ocurrir cuando dos personas se conocen y se sienten muy atraídas por el otro. Y puede suceder cuando las personas están muy implicadas, tal vez en secreto, y fingen no conocerse entre sí. Pueden reconocer o no la interacción abiertamente, ¡pero el observador dotado de EPS comparte su secreto!

Cuando las personas no se gustan unas a otras, generalmente tratan de no intercambiar flujos energéticos. A veces no da resultado, y se generan fricciones entre ellas. Entonces, como la separación entre dos electrodos de alto voltaje que se dispara repentinamente mediante una chispa eléctrica, se abalanzan uno contra otro. A veces es tan intenso, que parece un rayo. En la comunicación violenta, los flujos de energía relaciona] son bruscos, irregulares, presentan un color oscuro y penetran en el campo ajeno como lanzas o flechas. Así, por ejemplo, el odio es puntiagudo, penetrante, invasor, y de un rojo oscuro. La envidia es de un verde-gris oscuro, viscosa y pegajosa. Si una persona trata furtivamente de conseguir algo de otra, los flujos serán densos, viscosos y en forma de tentáculos. Se pegarán al campo del otro para absorber energía como una ventosa. O pueden ser frágiles y bruscos, engancharse en el campo del otro y aferrarse a él de un modo desesperado. Recuerde que todas estas formas son posibles porque en el cuarto nivel la energía-conciencia adopta la forma de lo que cree ser.

De hecho, las interacciones negativas se perciben como lanzas, flechas o dagas que desgarran el campo. O pueden parecer tentáculos viscosos y pegajosos que roban o absorben energía. O adoptan la forma de ganchos que desgarran el campo energético. Se perciben así porque eso es precisamente lo que hacen.

Flujos bioplasmáticos en las relaciones familiares e íntimas durante la enfermedad

Algunas interacciones comunes se producen a través de los flujos bioplasmáticos cuando la gente enferma. Las personas enfermas tienen un doble problema en lo que concierne a las necesidades energéticas. Necesitan energía suplementaria para combatir su enfermedad, y no obstante tienen dificultades incluso para metabolizar una cantidad normal de energía por sí mismas, porque lo más probable es que sus chakras no funcionen correctamente. Es por eso que enferman en primera instancia: porque su campo es más débil. Recuerde que la energía discurre de un voltaje alto a uno más bajo. Cuando una persona está enferma y otra está sana, la segunda suele transferir mucho bioplasma a la primera. Lo hace de forma automática.

Además, cuando el enfermo necesita algo, emite un flujo bioplasmático de súplica al campo aural de la persona sana. Esos flujos absorben la energía necesaria. Esto ocurre tanto si el enfermo lo pide directamente o no. Este proceso es normal, natural e inconsciente. Forma parte del toma y daca de la vida familiar. El intercambio energético en la vida familiar es muy beneficioso para la persona enferma porque le da fuerzas para combatir la enfermedad. Todos los miembros de la familia, incluidos los niños y los animales domésticos, suministran así energía vital al enfermo. Ésta es una de las ventajas de la conexión holográfica que cada uno de nosotros tiene dentro de una situación familiar. La gente tiende a recuperarse más pronto en situaciones energéticamente favorables.

Durante el proceso curativo, la persona enferma debe poder recibir al principio energía de los demás, más tarde, con el tiempo, aprender a valerse por sí misma, y por último volver a contribuir al suministro de energía a la estructura familiar. El funcionamiento de este proceso presenta muchas variantes. Citaré los dos extremos del espectro.

La persona enferma puede haber absorbido energía durante años antes de que la enfermedad empiece a manifestarse fisicamente. En un momento oportuno en el transcurso de su recuperación, deberá aprender a metabolizar toda la energía que necesita por sí misma. Será una parte natural del proceso curativo, puesto que sus chakras quedarán reparados y podrán funcionar correctamente para suministrarle toda la energía que necesite.

En el caso opuesto, una persona que ha aportado una gran cantidad de energía a los miembros de su familia puede, en un momento dado, requerir mucha energía para sí misma. Al principio, esta situación puede ser muy dificil para ella y para su familia, puesto que los papeles se invierten. Tal vez esa persona es incapaz de recibir y requiere práctica para ello. Aquí es donde la familia puede ayudarla a recibir mediante una atención saludable y afectuosa. Es posible que incluso tenga que presionarla en ocasiones. Por otro lado, en este caso los miembros de la familia pueden seguir intentando, por hábito, absorber energía de esa persona cuando ésta la necesita en mayor medida. Si usted ve que ocurre esto en su propia familia, tenga mucho cuidado a la hora de proteger a una persona así. El hecho de tomar energía de ella en este momento podría tener un efecto perjudicial sobre su salud.

Si la dolencia es prolongada, es muy probable que los miembros de la familia empiecen a acusar el cansancio fisico de la enfermedad en su propio campo. Metabolizan energía no sólo para ellos, sino también para su ser amado. Lo más probable es que no sepan qué les pasa, pero se sentirán cansados y malhumorados y habrá momentos en los que no querrán cuidar del enfermo. Es fundamental que cada miembro de la familia o el compañero íntimo de cualquiera que esté enfermo se escape para poder recargarse. De lo contrario, el resentimiento y el sentimiento de culpabilidad irán en aumento, lo cual podría dar lugar a la depresión, el agotamiento e incluso una crisis fisica y la consiguiente enfermedad.

Todos los miembros de la familia deben encontrar maneras de captar energía para sí mismos. Esto puede hacerse muy bien a través de la meditación, distracciones placenteras, actividades creativas personales, amistades sanas y otros pasatiempos. Permanecer en casa durante las veinticuatro horas del día, sentados junto a un ser querido que está enfermo, es lo peor que se puede hacer, tanto para las personas sanas como para el enfermo. Al cabo de un tiempo, todos habrán enfermado. Las personas sanas deben interactuar con otras personas sanas para beneficiarse de un intercambio creativo de energía. La gente que es muy creativa gusta de pasar el tiempo junto a compañeros que sean también creativos, ya que juntos generan e intercambian una gran cantidad de energía creativa de alta frecuencia. Ese intercambio estimula entonces la fuerza creativa que contiene cada uno de ellos.

Los flujos bioplasmáticos en la actividad pública

El acto de enseñar o hablar en público consiste en suministrar energía-conciencia a los alumnos de un modo que les ayude a alcanzar otro nivel de comprensión. Grandes flujos de bioplasma circulan entre un maestro o un conferenciante y una clase o un público. Un maestro de curación debe poder captar la energía de una sala para que la energía-conciencia colectiva de los alumnos pueda elevarse e iluminarse en una experiencia de comprensión más elevada. Los maestros han de ser capaces de retener la energía de lo que enseñan mientras se imparte.

Por ejemplo, yo debo contener mi energía en el cuarto nivel del campo aural mientras dirijo un ejercicio curativo en el cuarto nivel, o de lo contrario los alumnos no podrán aprenderlo. Si intento enseñar la curación en el cuarto nivel mientras contengo mi energía en el tercer nivel del campo (el nivel de la mente racional), los alumnos la duplicarán. Tratarán de efectuar la curación en el tercer nivel y no podrán mantener el cuarto nivel. El viejo mito de que quien no sabe hacer siempre puede enseñar no es cierto en absoluto. Él maestro no sólo debe saber cómo hacer, sino que además ha de poder hacerlo mientras lo transmite a otros. Eso es todavía más dificil.

El mismo tipo de flujos bioplasmáticos de súplica se da en todas las modalidades de relaciones en las que una persona quiere algo de otra. Si hay una exigencia en la petición, los flujos asociados con ésta absorberán energía. Si hay una simple petición, y luego una liberación, los flujos no absorberán energía. Por ejemplo, puestos a hablar de actividades de enseñanza, si un alumno decide hablar personalmente con un maestro y está resuelto a hacerlo aunque el profesor esté muy ocupado, el alumno emitirá un flujo de energía para captar el campo del maestro. A veces, los alumnos hacen esto incluso antes de entrar al aula. O bien lo hacen desde

el fondo de la sala y luego recorren toda la longitud de la misma por la trayectoria del flujo aural. El maestro puede estar enfrascado en una conversación con otra persona, pero probablemente notará la intención del alumno en el preciso instante en que éste se enganche en su campo.

Cualquiera que haya sido un personaje público ha experimentado flujos de energía procedentes de su público o de sus fans. En tales casos, mucha gente trata de sujetar los flujos a la vez, y el cansancio psíquico que se deriva resulta dificil de soportar. Cuanto más se haga esto, mayor será el cansancio. Puesto que el cuarto nivel del campo es independiente del espacio, esas conexiones pueden venir, y de hecho vienen, de todos los puntos de la Tierra. Es una gran responsabilidad tratar de dar afecto en todas esas conexiones, que son también proyecciones, exigencias o peticiones de alguna clase. Y eso requiere práctica. Cuando el personaje público está cansado, le resulta dificil responder siempre de una forma afectuosa y positiva. Ésta es una de las razones que explican por qué cualquier persona que se expone en público siente una enorme necesidad de intimidad. Es la necesidad de estar solo, sentirse a sí mismo y reponerse.

Los flujos bioplasmáticos y el agotamiento

Todo cuanto acabamos de decir sobre los flujos bioplasmáticos en la actividad pública es aplicable también al trabajo, de un carácter más privado, de las profesiones asistenciales y curativas. La tarea del profesional consiste en mantener un campo aural con una vitalidad y un equilibrio saludables mientras se ve sometido a las tensiones y presiones constantes de los flujos bioplasmáticos de súplica de baja energía y baja frecuencia. Esto hace de la asistencia y la curación un trabajo muy complicado. Los profesionales deben perseverar en el cuidado de sí mismos. Deben diseñar un programa diario para revitalizar su campo energético y renovarse, o de lo contrario acabarán por quemarse. Esto explica por qué el agotamiento es tan común entre estos profesionales. La mayoría de ellos no se dan cuenta de que necesitan un mayor cuidado personal que un individuo que no desempeña un trabajo de esta naturaleza.

Los flujos bioplasmáticos y los objetos

Los flujos bioplasmáticos actúan también cuando nos conectamos con objetos inanimados. Recuerde que cualquier acción que realizamos está precedida por un pensamiento y un sentimiento que puede apreciarse en el campo aural antes de que llevemos a cabo esa acción. En otras palabras, hacemos las cosas energéticamente antes de realizarlas físicamente. Si la acción tiene que ver con las relaciones, se expresará en primera instancia en los flujos aurales del cuarto nivel. En el momento en que decidimos efectuar una llamada telefónica, enviamos un flujo de energía-conciencia al teléfono. Luego estiramos el brazo para coger el auricular. Este fenómeno se perpetúa durante todo el día. Cada vez que nos conectamos con un objeto de esta forma, dejamos parte de nuestra energía-conciencia bioplasmática en él. Cuanto más utilizamos un objeto, más cantidad de energía nos absorbe y más conectados nos sentimos con él.

El tipo de energía-conciencia que depositamos en un objeto a través de nuestros flujos bioplasmáticos depende de lo que sintamos por ese objeto. Si nos gusta o lo apreciamos, lo llenaremos de amor. Si nos disgusta, lo llenaremos con energía del tipo de disgusto que sentimos por él. Si estamos malhumorados cuando cogemos el teléfono, parte de ese malhumor queda en él. A medida que sigamos llenando el objeto con nuestra energía, contendrá cada vez más energía de la que lo hemos llenado. Entonces el objeto suministrará ese tipo de energía a cualquier persona que establezca contacto con él.

Los sanadores utilizan este principio cuando cargan un objeto, como un trozo de tela o un cristal, de energía curativa y se lo entregan a un cliente. La tela o el cristal transmite la energía curativa del sanador al cliente, quien absorbe entonces la energía del objeto. Es más, el sanador puede seguir cargando el objeto a larga distancia. Así, éste podrá seguir siendo una fuente de energía curativa para el cliente.

Los talismanes de poder funcionan esencialmente basándose en este principio. Los chamanes o magos aprenden a depositar poder en determinados objetos a través de métodos muy claros y efectivos de concentración para transferir su energía-conciencia en un objeto. Los objetos pueden llenarse con cualquier tipo de energía-conciencia. Ésta está integrada por sentimientos y pensamientos. Comoquiera que esta energía-conciencia no es puro pensamiento, yo no le aplico la expresión popular *forma de pensamiento.* Prefiero llamarla «forma de pensamiento psiconótico»: psico en alusión a los sentimientos, y *nótico* en referencia a la mente o pensamiento. Cada forma de pensamiento psiconótico adopta la forma que corresponde a los sentimientos y pensamientos que la integran.

Los rituales se usaban tradicionalmente, y se siguen usando, para esto. Los rituales establecen una forma, práctica o procedimiento que se repite en intervalos regulares. Los rituales incluyen no sólo acciones establecidas, sino también palabras establecidas y cosas específicas para mantener la mente concentrada mientras se repiten las palabras y las acciones. En los rituales, es importante generar sentimientos específicos a voluntad, para dotar la forma de pensamiento con el poder de los sentimientos. Dicho de otro modo, un ritual es una manera de recrear un tipo concreto de flujo bioplasmático de energía-conciencia, o forma de pensamiento psiconótico, a voluntad con un fin específico. El ritual es un acto consciente de creación. Cada vez que un individuo repite un ritual, añade más energía-conciencia a la forma de pensamiento psiconótico original, que se creó la primera vez que se celebró el ritual. Puesto que los rituales se repiten a través de varias generaciones, constituyen un modo de conectarse con formas de pensamiento muy poderosas que se han ido fortaleciendo

durante largos espacios de tiempo. Cada vez que las personas celebran un ritual, explotan holográficamente el poder de la forma de pensamiento psiconótico para su uso. Y, a su vez, refuerzan también el objeto con las formas de pensamiento que crean en el transcurso del ritual.

La visualización creativa se basa en el mismo principio. Concentrándose en lo que usted desea crear, lo crea primero en el mundo psiconótico. Con el tiempo, llegará a manifestarse automáticamente en el mundo fisico. Esto lo hacemos continuamente en cada momento de nuestra vida. Por lo general, no somos conscientes de ello. Cuanto más conciencia tomemos de este proceso, más podremos elegir conscientemente lo que queremos crear.

Los cordones que nos atan

Otro tipo de interacción aural en las relaciones tiene lugar mediante los cordones de luz aural que nos conectan con los demás a través de nuestros chakas. Esas conexiones se producen entre todos los chakas semejantes. Esto es, las personas se vinculan con los demás por medio de cordones que van del primer chakra al primer chakra, del segundo chakra al segundo chakra, del tercer chakra al tercer chakra, y así sucesivamente.

Trabajando como sanadora, los primeros cordones que percibí fueron los que conectan los terceros chakras. Parece ser que, en nuestra cultura, los cordones entre los terceros chakas son los que sufren mayores daños en el transcurso de la vida. Casi todas las personas con las que he trabajado presentaban daños en los cordones de su tercer chakra. Por eso me llamaron la atención en primer fugar. Al principio, yo no entendía el significado de esos cordones, puesto que no había oído hablar nunca de ellos. Sólo sabía que, en un buen número de los clientes con los que trabajaba, me sorprendía a mí misma extrayendo cordones que estaban enredados en el tercer chakra. En otros casos, los cordones estaban sueltos en el espacio. Poco a poco, me di cuenta de que esos cordones se conectaban con la gente con la que mi cliente establecía una relación.

Mediante las orientaciones de mi guía, recibí instrucciones para desenredar los cordones, repararlos y, en muchos casos, reforzar la conexión entre ambas personas. Mi orientación interna me indicó también que debía introducir algunos de los cordones a través del chakra del cliente y de las dimensiones más profundas hacia la estrella del núcleo. Dijo Fleyoan:

* * *

Estás arraigando los cordones de «quién es esta persona en el universo» [que es la función psicológica de la parte frontal del tercer chakra] profundamente en el núcleo de su ser, y de este modo desatas una dependencia insana enredada.

* * *

Con el tiempo, empecé a obtener una respuesta de los clientes sobre el profundo efecto que el hecho de alterar los cordones tenía en sus relaciones. No sólo hacia que un cliente cambiara en una relación, sino que también cambiaba la otra persona implicada. Fue entonces cuando empecé a comprender el poder de los cordones en las relaciones y el potente efecto que el trabajo directo en ellos a través del campo aural tenía en la alteración de las relaciones y la vida de las personas. Más adelante, observé cordones que conectaban todos los chakas y trabajé con ellos.

Puesto que los cordones están conectados en el cuarto nivel del campo y en los niveles superiores, que existen antes y más allá del espacio fisico tridimensional, muchas conexiones de esos cordones se establecen de hecho antes del inicio de la vida en la dimensión fisica. Siguen existiendo incluso después de la muerte de la persona implicada. Los cordones permanecen conectados a las personas fallecidas, que han desalojado su cuerpo y están en el mundo astral o espiritual. Una vez establecidas, esas conexiones ya no se interrumpen jamás. No se disuelven nunca. Están más allá del mundo físico. En el momento de la muerte física, el campo aural del cuarto nivel y de los niveles superiores no experimenta muchos cambios. Simplemente, deja de estar vinculado a un cuerpo flsico. Por tanto, no es sorprendente que las conexiones a través de esos cordones persistan después de la muerte fisica.

Heyoan sostiene que hay cinco clases principales de cordones:

- Los cordones del alma, que ésta conserva de su conexión original con Dios y su mónada dentro del mundo espiritual.
- Los cordones de las experiencias de vidas anteriores, en la Tierra o en cualquier otro lugar.
- Los cordones genéticos que se obtienen al conectarse con los padres en el momento de nacer.
- Los cordones relacionales que se desarrollan a través de las relaciones con los padres.
- Los cordones relacionales que se desarrollan a través de las relaciones con otros seres humanos.

Los cordones del alma nos conectan siempre con Dios y con nuestro hogar. Mediante esos cordones, establecemos conexión con nuestro ángel de la guarda o guía espiritual.

Los cordones de las vidas anteriores nos ayudan a recordar las conexiones que establecimos con otras personas antes de la vida presente. Muchas veces nos encontramos con determinadas personas y tenemos la sensación de que las conocemos desde antes. Nos sentimos vinculadas a ellas de formas que al principio pue-

den resultar dificiles de describir pero que nos parecen reales. Descubrimos que nos gustan las mismas cosas o compartimos los mismos deseos. Al cabo de un tiempo, comprobamos que estamos trabajando juntos para satisfacer esos deseos. Tenemos visiones fugaces de experiencias en presuntas vidas pasadas que compartimos juntos, o puede surgir un verdadero recuerdo de una vida anterior.

Una advertencia sobre los fenómenos de vidas anteriores. Los recuerdos de esas vidas pueden ser muy engañosos. Tan pronto como se sorprenda a sí mismo utilizando una vida anterior como justificación de un comportamiento negativo, tenga cuidado. Probablemente anda por mal camino. Si culpa a alguien de sus sentimientos negativos hacia él; o si se sitúa en una mejor posición en el pasado de la que ocupa ahora respecto a alguien (por ejemplo, si usted fue el jefe entonces y ahora no lo es, o si fue el maestro entonces y su maestro actual fue el alumno); o si se concede autorización para exhibir una conducta antisocial como las relaciones sexuales extramatrimoniales, está interpretando y utilizando erróneamente la conexión con una vida anterior y amontonando más karma. Por lo general, los problemas que tiene en la actualidad ya los tuvo enton ces. Pero normalmente no son tan malos ahora como lo fueron entonces, ya que ha aprendido unas cuantas cosas en el transcurso de las vidas sucesivas.

Los cordones de las experiencias de vidas anteriores incluyen vidas pretéritas no sólo en la Tierra, sino también en otros lugares. En otros tiempos no sólo nos encarnamos como humanos en la Tierra, sino que también tuvimos experiencias vitales en otras formas y en otros lugares del universo. Algunos de nosotros sentimos esa conexión ah ora, cuando empezamos a aceptar esa posibilidad en nu estra conciencia. Mucha gente mira las estrellas y las identifica como su hogar.

Los cordones genéticos

Nuestros cordones genéticos se conectan, primero, profundamente en el interior de los chakras del corazón de una madre y su futuro hijo *¡antes de que tenga lugar la concepción! Yo* he visto el campo del futuro bebé flotando en el exterior del campo de la futura madre. El esfuerzo por conectar el primer cordón corre a cargo de la persona que se está encarnando. Si la madre tiene miedo de quedar embarazada, puede impedir que el lugar que está en las profundidades de su chakra se abra de tal modo que el presunto hijo pueda establecer la conexión. Ella no quedará embarazada hasta que abra ese lugar. Esto puede ser una causa de infertilidad en las mujeres. Ella puede rezar y meditar para afrontar su miedo. El miedo surgirá para que ella pueda desterrarlo y, de este modo, abrir ese lugar profundamente escondido en su corazón. Esta apertura del chakra del corazón activará el timo. Entonces, suponiendo que las demás glándulas endocrinas -sobre todo los ovarios y la pituitaria- estén equilibradas con el timo, la mujer estará lista para la concepción.

Mediante una observación más profunda con una resolución más alta, me fijé en la existencia de otros cordones que conectan el chakra del corazón de la madre con su óvulo y el chakra del corazón del padre con su esperma. Cuando el óvulo y el esperma se encuentran, esos cordones se enlazan entre cada padre y el hijo que resulta de la concepción. Así, los padres están conectados también entre sí a través del niño.

Una vez establecidas las conexiones genéticas iniciales a través del chakra del corazón de la madre, los cordones genéticos se conectan por medio de todos los demás chakras. Así, usted está conectado mediante todos sus chakras con sus padres. Ellos, a su vez, están conectados a través de todos sus chakras con todos sus hijos. De este modo, usted está vinculado a sus hermanos. Esta vinculación se extiende a sus abuelos, tíos y primos. Se extiende por todas sus conexiones sanguíneas, por todo el árbol genealógico de la vida que se remonta a tiempos inmemoriales. Crea un gigantesco entramado de cordones de luz que conectan toda la vida humana a los primeros seres humanos que habitaron la Tierra. Este gran entramado de vida existe fuera del espacio tridimensional e independientemente del mismo. Así, usted está estrechamente relacionado con todas las personas que han vivido en la Tierra. De hecho, de esta misma manera, si la teoría de la evolución es correcta, usted está conectado a todas las formas de vida que han evolucionado y han vivido en el planeta. Es mediante estos cordones originales de nacimiento que llevamos nuestro legado genético al nivel aural.

También he observado que cuando se presentan defectos congénitos de nacimiento, propensiones heredadas a enfermedades diversas, y miasmas, tienen relación con problemas en las conexiones de los cordones genéticos. Así, por ejemplo, los problemas en las conexiones de los cordones genéticos en el cuarto chakra pueden dar lugar al nacimiento de un niño con un agujero entre las dos cámaras del corazón.

Los cordones relacionales

Los cordones relacionales entre los padres y el hijo se desarrollan entre todos los chakras. Permanecen conectados tanto si el hijo está o no con sus padres originales. Si se adopta un niño, se desarrollan unos cordones nuevos entre él y sus nuevos padres. Los cordones genéticos y los primeros cordones relacionales que se han desarrollado en el útero, durante el proceso del parto y poco después, todavía persisten. Y los padres biológicos siguen afectando al hijo a través de ellos durante su crecimiento.

Los cordones relacionales representan distintos aspectos de las relaciones, según la función psicológica de cada chakra:

• Los cordones del primer chakra, que se arraigan también profundamente en la Tierra, representan la estabilidad de la voluntad de vivir en el cuerpo fisico en las relaciones con la Tierra y con otra persona.

• Los cordones del segundo chakra representan el disfrute de la fecundidad de la vida en las relaciones sensuales y sexuales.
• Los cordones del tercer chakra representan la claridad y conveniencia de cuidar de uno mismo y de los derriás en las relaciones.
• Los cordones del cuarto chakra representan el amor y el misterio del equilibrio entre el amor y la buena voluntad en las relaciones.
• Los cordones del quinto chakra representan la segura confianza en la voluntad suprema de la relación. También representan el dar y recibir en la comunicación veraz a través del sonido, palabras, música y símbolos.
• Los cordones del sexto chakra representan el éxtasis de ver conceptos más elevados en el intercambio y la interacción de ideas experimentando al mismo tiempo el amor incondicional con la persona con la que se establece ese intercambio. Representan el placer de reconocer a su amado como un ser bello de luz y amor. Representan la capacidad de amar desde una perspectiva espiritual, como hicieron muchos personajes religiosos como Cristo y Buda.
• Los cordones del séptimo chakra, que se conectan también con las esferas más elevadas, representan el poder de estar dentro de la mente divina de Dios en las relaciones con Dios, el universo y otro ser humano. Representan la capacidad de comprender el modelo perfecto de una relación. También representan la capacidad de integrar los mundos físico y espiritual en las relaciones.

El estado de esos cordones representa la naturaleza de la relación que tenemos con cada progenitor. A medida que el hijo madura a través de las fases progresivas del crecimiento, los cordones maduran también. Con cada nuevo aprendizaje sobre la relación, los cordones adquieren más fuerza y elasticidad. El carácter de los cordones refleja el carácter de las relaciones que establece el niño. Los cordones reflejan lo establecida y saludable que es una relación. Las pautas que desarrollan los niños se van repitiendo a lo largo de la vida. Determinan su capacidad de relacionarse con otras personas. Un niño utiliza el modelo de cada una de sus relaciones originales con su madre para crear relaciones con otras mujeres, y el modelo de sus relaciones originales con su padre para establecer relaciones con otros hombres. Ésta es una de las razones por las que tendemos a recrear el tipo de relaciones que hemos tenido con nuestros padres en las que establecemos con nuestros compañeros íntimos.

Los cordones del lado izquierdo de todos los chakras se conectan siempre a una mujer. Los cordones del lado derecho de todos los chakras se conectan siempre a un hombre. Así, sabiendo en qué lado del chakra se localiza el problema -ya se trate del papel de padre, hijo o compañero-, un sanador puede determinar de inmediato si el problema se originó a partir de la relación del cliente con su madre o su padre y se reprodujo luego con otro ser humano del mismo sexo.

Cada vez que tenemos cualquier tipo de relación con otra persona, creamos nuevos cordones. Esos cordones cambian y crecen a medida que la relación cambia y se desarrolla. Los cordones pueden unirse entre los chakras sólo si ambas personas lo permiten. La dependencia enredada e insana o la interdependencia sana es siempre un acuerdo mutuo. Cuanto más plena y fuerte sea la relación, más completos y robustos serán los cordones. Cuantas más interacciones existan en una relación, más cordones tendrá ésta. Cuantas más relaciones establezcamos, más cordones crearemos.

El estado de los cordones representa la naturaleza de las relaciones que tenemos y cómo estamos conectados. Algunas de ellas son sanas; otras no lo son tanto. En las relaciones interdependientes saludables, esos cordones
son activos, brillantes, vibrantes y flexibles. Sirven para mantener la intimidad, la confianza y la comprensión al mismo tiempo que aseguran un espacio suficiente para la libertad y flexibilidad en la relación.

En las relaciones codependientes e insanas, en cambio, los cordones son oscuros, malsanos, estancados, espesos y viscosos, o rígidos, apagados y quebradizos. Esos cordones sirven para mantener la relación en un estado de dependencia e inflexibilidad, y para dejar fuera la individualidad. Cuanto más nos atamos a una persona con cordones insanos, más probabilidades habrá de establecer una interacción habitual en lugar de espontánea.

En las relaciones insanas, hacemos un mal uso de los cordones que nos conectan. Si utilizamos los cordones para frenar la relación, para impedir que cambie y para mantener interacciones lentas y monótonas, los cordones se hacen gruesos, densos, pesados y oscuros. Es probable que la relación quede atascada en un resentimiento y un odio contenidos. Si una persona intenta furtivamente conseguir algo de la otra -por ejemplo, que se ocupe de ella- pero no lo admite, la primera persona enviará un flujo de energía largo, pegajoso y en forma de tentáculo hacia el tercer chakra de la segunda persona para absorber energía. Esos cordones pueden aferrarse o engancharse también a otra persona en un intento de controlar. Si hacemos los cordones frágiles, rígidos e inflexibles, así se tornará la relación. Los cordones pueden estar también agotados, débiles e insustanciales, como la relación a la que corresponden.

A medida que una relación se vuelve más saludable, los cordones ganan en intensidad, están más cargados de energía y son más flexibles y resistentes. Son muy bonitos y presentan muchos colores en las relaciones sanas.

Cada chakra desarrolla unos cordones que representan un aspecto concreto de la relación, como ya hemos visto. Cada vez que tenemos una experiencia vital con alguien en ese aspecto, se desarrollan cordones

nuevos. Si interactuamos con alguien en todos los aspectos representados por los siete chakras, los cordones se extenderán para conectar los siete chakras. En las relaciones íntimas y duraderas, creamos muchos cordones que nos conectan a través de todos nuestros chakras. Es así como podemos construir relaciones muy estrechas y profundas y permanecer psicológicamente conectados a las personas estén donde estén y por más tiempo que haya pasado desde que las vimos por última vez. Por ejemplo, las madres saben cómo están sus hijos independientemente del lugar donde estén y del tiempo que haya transcurrido desde que les vieron.

El trauma y los cordones relacionales

Una de las experiencias más dolorosas en la vida es la de perder a un ser querido mediante el abandono, el divorcio o la muerte. Los cordones suelen mellarse considerablemente en tales experiencias. Yo he visto todos los chakras de la parte frontal del cuerpo desgarrados, con los cordones suspendidos en el espacio, después de un trauma así. La experiencia personal de un trauma de esas características se describe como la sensación de ser desgarrado, o como si se hubiera perdido la mejor mitad de la persona. Mucha gente se siente desorientada y no sabe qué hacer consigo misma.

En un divorcio complicado, la parte que quiere separarse trata, por lo general, de cortar todos los cordones de conexión que puede, lo cual deja a la otra persona un tanto desconcertada, además de causar muchos estragos en su propio campo. Cuando esto ocurre, cada persona se queda dolida y con la sensación de estar desconectada de múltiples aspectos de su vida, porque en todos ellos estaba implicada con su compañero. Los cordones dañados representan no sólo la antigua relación, sino también las actividades que la pareja realizaba en común. Mucha gente que se separa de esta manera forzada tiene tendencia a sufrir un choque emocional, a tratar de aliviar el dolor causado por sus acciones drásticas. Por desgracia, tienden a recrear el mismo tipo de relación negativa con el mismo tipo de hombre o mujer con la que compartieron su relación previa, porque no han reparado los cordones relacionales. Cuando se registran muchos daños en los cordones durante una separación forzada, yo he visto que se requieren al menos cinco años, y a veces siete, para reorientar la nueva vida de las parejas que estuvieron mucho tiempo casadas y luego se divorciaron. Depende de la intensidad de los daños producidos y de la capacidad de cada persona para repararlos. Por supuesto, un sanador que puede ver y trabajar con los cordones es capaz de hacerlo mucho más pronto.

Lo que la gente no entiende de este fenómeno es que, en cualquier separación, deben disolverse determinados cordones y conservarse otros. Cuando un cónyuge abandona la pareja, lo que le ocurre al otro miembro depende de cómo se prepare para la separación y se libere de la dependencia de la antigua relación. Los cordones insanos se resisten al cambio y tratan de mantener el statu quo, mientras que los cordones sanos se limitan a permitir la transición. Los cordones sanos permanecen conectados, pase lo que pase. Una vez que dos personas se enamoran, el amor persiste, así como los cordones que representan ese amor.

Problemas con los cordones relacionales

Problemas con los cordones del primer chakra

Los cordones del primer chakra (que también se arraigan profundamente en la Tierra) representan la estabilidad de la voluntad para vivir en el cuerpo físico en relación con la Tierra y con otra persona.

Las causas principales que he visto de un desarrollo deficiente o daños en los cordones del primer chakra son:

- La resistencia de un niño a encarnarse.
- Un trauma de nacimiento que altera la capacidad del recién nacido para conectar los cordones a la Tierra.
- Un trastorno fisico temprano que dificultó la relación gradual de un niño con la Tierra e impidió el desarrollo normal de los cordones hacia las profundidades terrestres.
- El abuso fisico a una edad temprana en la que el niño sintió amenazada su vida y se dispuso a separarse desconectando los cordones de la Tierra.
- La imitación de los padres que no estaban conectados con la Tierra por parte del niño.
- Algunas lesiones accidentales que causaron daños en el coxis, que dañó a su vez el interior del primer chakra y los cordones.

Los daños causados en los cordones del primer chakra ocasiona problemas en la voluntad del cliente para vivir y funcionar en el mundo físico. Ocasiona problemas en el arraigamiento a la Tierra y en la capacidad de conectarse con los demás en una vida fisicamente orientada, como en los deportes, el ejercicio y el disfrute del mundo natural y de la Tierra en general. La principal consecuencia de este daño es un desarraigamiento, una incapacidad de absorber las densas energías terrestres. Esto, a su vez, origina una debilidad en el campo energético global que no puede sostener un cuerpo físico robusto. Como consecuencia, el cuerpo fisico se debilita.

La falta de conexión con la Tierra da lugar a una gran cantidad de miedo a la vida en el mundo físico per se, como el temor a estar en un cuerpo físico porque aparentemente está separado del mundo fisico aparentemente hostil que lo rodea. La persona se siente como un prisionero atrapado en una cárcel terrible -el cuerpo

fisico- donde se le somete a torturas espantosas y dolorosas. Las personas que se hallan en ese estado tienen la sensación de que están siendo castigadas por algo terrible que hicieron. Dedican tiempo a tratar de averiguar qué es. Piensan que con sólo arreglarlo, quedarán liberadas de su sufrimiento. No se sienten nunca seguras.

Pueden comprobar que la meditación, sacando toda la energía-conciencia posible por la parte superior de la cabeza, les procura un refugio seguro, y desean poder practicarla todo el tiempo. Por desgracia, esa meditación es lo peor que pueden hacer por sí mismas, porque tan sólo debilita los cordones que conectan con la Tierra. Y, a largo plazo, la meditación las hace menos capaces de enfrentarse al mundo fisico.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del primer chakra dañados.

De hecho, la debilidad en los cordones del primer chakra debilita el campo energético y el cuerpo fisico hasta el extremo de que, en último término, cualquier enfermedad está relacionada, directa o indirectamente, con ella. Al principio, la debilidad puede manifestarse como una falta de energía fisica. Luego podría presentarse en las glándulas suprarrenales. Más tarde, podría convertirse en cáncer, SIDA o una enfermedad del sistema inmunitario como el reuma articular. Generalmente, la forma en que se manifiesta la enfermedad tiene mucho que ver con el estado de los demás chakas y cordones.

Ejemplos de curaciones y sus efectos:

Probablemente las oraciones más comunes que yo he practicado en los cordones del primer chakra han tenido que ver con personas que se habían roto el coxis o presentaban un trauma temprano en el que se habían desconectado de la Tierra. Durante mi práctica curativa, regularmente he reestructurado el primer chakra y luego he arraigado nuevos cordones al interior de la Tierra. Los resultados de tales curaciones eran el restablecimiento del sistema inmunitario, el fortalecimiento del cuerpo fisico y la duplicación de la energía fisica disponible para el cliente. Me viene a la memoria un caso concreto en el que una mujer tenía el virus de Epstein-Barr y no lograba recuperarse. Sus chakas primero, segundo y tercero no funcionaban correctamente. Su sanador estuvo trabajando con el tercer chakra. Esto la ayudó hasta cierto punto, pero la mujer tenía recaídas frecuentes. No fue hasta que yo reparé el segundo chakra y principalmente el primero, y luego conecté los cordones al interior de la Tierra, que la paciente se restableció definitivamente.

Problemas con los cordones del segundo chakra

Los cordones del segundo chakra representan el disfrute de la fecundidad de la vida en las relaciones sensuales y sexuales. Cuanta más nítida sea nuestra vinculación con la sensualidad y la sexualidad, más sanos serán los cordones que originemos. Cuanto mejor se compenetre una pareja sexualmente, mejor será su relación sexual y más sanos, fuertes y hermosos serán los cordones. Cualquier trastorno en los cordones se experimentará como un trastorno en esos aspectos de nuestra vida. Si tenemos problemas con nuestra sensualidad y sexualidad, los cordones que desarrollemos entre los segundos chakas con la persona con quien mantenemos una relación sexual evidenciarán esos problemas.

Cada vez que tenemos contacto sexual con otra persona, creamos más cordones y permanecemos conectados a ella durante el resto de nuestra vida. En ocasiones, esto causa confusión en quienes han tenido muchas parejas sexuales, sobre todo si la relación no era sana. Esos cordones pueden despejarse y limpiarse para que los aspectos positivos de las conexiones persistan y los negativos se reparen. Pero nunca se disolverán por completo.

Las principales causas que he visto de un desarrollo deficiente o daños en los cordones del segundo chakra son:

- Dificultades en una vida anterior con respecto a la sensualidad y sexualidad, con las que nace el niño.
- Negligencia o degradación general de la sensualidad o sexualidad en el entorno del niño.
- Rechazo directo de la expresión sensual o sexual del niño por parte de los padres u otros adultos próximos.
- Abuso sexual en la infancia.
- Violación por parte de una persona del mismo sexo o del sexo opuesto.
- Procedimientos médicos invasores en el niño. - Malos tratos a cargo de una pareja sexual.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del segundo chakra dañados:

Los problemas que he visto como consecuencia de los daños registrados en los cordones del segundo chakra son:

- Sexualidad reprimida que se deriva del abuso sexual.
- Perversión sexual (de todos los tipos de abuso sexual).
- Incapacidad de llegar al orgasmo.
- Incapacidad de concebir.

- Impotencia con una determinada persona.
- Cáncer de próstata.
- Infecciones vaginales.
- Cáncer vaginal.
- Infecciones de ovarios.
- Inflamaciones de la pelvis.
- Homosexualidad derivada de reiteradas violaciones por parte de una persona del mismo sexo.

Esto no implica que la homosexualidad sea una enfermedad.Según Heyoan:

* * *

Uno se encarna para una misión en la vida que se cumple mejor mediante todos los parámetros físicos propios, incluido el cuerpo. Muchos individuos pueden escoger un cuerpo masculino o femenino sin la atracción sexual tradicional hacia el sexo opuesto, simplemente porque no es el tipo de experiencia vital que necesita el individuo en esta vida concreta. En el mundo espiritual no existen prejuicios sobre la manera que cada uno elige para expresar su sexualidad. El objetivo consiste en expresar la propia sexualidad con amor, verdad, sabiduría y valor.

Podemos considerar dos clases de homosexualidad: una que es consecuencia de la libre elección de crear circunstancias para la experiencia vital, y otra derivada del trauma que resultó del karma de acciones pretéritas. (Y permitidme recordaros que karma no equivale a castigo, sino que es el efecto-rebote de una acción anterior. Todas nuestras acciones son causas que producen efectos que tarde o temprano vuelven a nosotros. A veces pasan varias vidas hasta que vuelve ese efecto.) En cierto sentido, los dos tipos de sexualidad son el mismo, ya que ambos crean las circunstancias necesarias para cumplir con la misión en la vida. En el segundo caso, el trauma requiere un trabajo curativo, pero eso no implica que la actividad curativa lleve necesariamente a la homosexualidad. El verdadero objetivo es que el individuo alcance su integridad.

* * *

Debo aclarar que los cordones dañados no son la única causa general de estos problemas en el campo aural. Tan sólo he enumerado ejemplos de casos que he observado al trabajar con gente cuyo problema era causado básicamente por los cordones deteriorados.

Ejemplos de curaciones y sus efectos. En varios casos trabajé para reequilibrar los canales de energía que conectaban el sistema endocrino con el nivel aural para ayudar a algunas mujeres a ser fértiles. A veces, los cordones insanos o atascados de antiguas relaciones impiden que se formen conexiones saludables con la persona con quien comparten la presente relación sexual. En tales casos, tengo que limpiar y despejar los viejos cordones antes de poder conectar correctamente otros cordones nuevos y adecuados. Una vez reparadas las conexiones para la presente relación sexual, puede producirse el embarazo. Cuando las dos partes de la pareja han cooperado, he tenido éxito muchas veces.

Por otro lado, si las dos partes no cooperan y se requiere una curación en ambos, la conexión de los cordones no resulta. Por ejemplo, en cierta ocasión vino a verme una mujer para que la ayudara a quedar embarazada. Sus configuraciones de campo vinculadas a los equilibrios endocrinos estaban muy distorsionadas y desconectadas. Trabajé con ella en tres sesiones, y todas sus configuraciones se arreglaron. Mi clienta estaba lista.

Al término de la última sesión, vino a buscarla su marido. Entró en la sala de curación por unos minutos, y vi que los cordones entre los segundos chakras de ambos no estaban conectados. Me puse a intentar conectarlos. Pero, al hacerlo, comprobé que había que trabajar mucho más en el campo de él, sobre todo en la zona de sus genitales. El interior del primer y segundo chakras estaba deteriorado. Pude ver que su esperma era muy débil y no sería capaz de entrar en el óvulo. Por desgracia, el marido se mostró muy escéptico y un tanto hostil respecto a mi trabajo, y no quiso que le ayudara. Puesto que él no quería curación, yo no podía hacer nada. Sabía que cuando se sometieran a las pruebas, se detectaría un bajo índice en un esperma muy débil.

Más tarde me enteré por mediación de un amigo que habían intentado la inseminación artificial, que no funcionó tampoco debido a las dificultades aurales y fisicas del marido. Siempre he conservado una cierta tristeza por esa interacción. Quizá no debí callar. Tal vez habría podido salvar ese puente de escepticismo. No obstante, quise respetar su opinión y su decisión.

Problemas con los cordones del tercer chakra

Los cordones del tercer chakra representan la claridad y conveniencia de cuidar de uno mismo y de los demás en las relaciones. Ocuparse de un niño supone permanecer a su lado para satisfacer sus necesidades diarias: lavarle, vestirle, alimentarle, leerle cuentos a la hora de dormir, y acostarle. Hay padres que quieren profundamente a sus hijos, pero no saben ocuparse de ellos en estos aspectos. O viceversa: hay padres cuya conexión afectiva es pobre, pero saben ocuparse de sus hijos.

Durante un trauma en el transcurso de una relación los cordones pueden resultar muy dañados. Por lo general, este trauma resulta de la falta de contacto y nutrición, o del control excesivo por parte de uno de los padres. En cualquier caso, la reacción del niño consiste en romper los cordones entre su tercer chakra y el tercer chakra

del padre implicado. Si el trauma se ha debido a la falta de nutrición, los extremos de los cordones desgarrados que salen del tercer chakra del niño suelen estar suspendidos en el espacio. Es como si el niño tratara de encontrar a otra persona a la que atar sus cordones. Cuando el trauma se debe a un control excesivo, los cordones suelen estar atascados en el tercer chakra del niño. Presumo que esto es un medio de autodefensa para impedir que otra persona intente controlarle de la misma forma. Este mismo trauma es muy propenso a ocurrir en otras relaciones a medida que el niño crezca y se desenvuelva en la vida.
Normalmente, al cabo de un tiempo, esos cordones quedan enredados y atascados en el tercer chakra, lo que provoca un mal funcionamiento de éste. A largo plazo, el proceso sigue los pasos siguientes:

1. En su celo por controlar a su hijo, el padre tiende unos cordones muy dominantes hacia el niño.
2. Entonces el niño trata de escapar y rompe los cordones.
3. Luego, el niño queda atrapado en su ser, y sus cordones quedan enredados en su tercer chakra.
4. Posteriormente, el niño no puede establecer buenas conexiones con otras personas porque sus cordones están demasiado deteriorados para conectarse a los demás.

Las personas que experimentan este proceso van por la vida sin estar conectadas con su(s) padre(s) y tienen dificultades para vincularse a los demás. No consideran nunca que su padre les reconozca y les comprenda tal como son. Probablemente le guardan rencor y son incapaces de reconocer a ese padre como un ser humano que también se desenvuelve en la vida.

Mediante la curación por imposición de manos es posible extraer, desenredar, limpiar y volver a conectar esos cordones de una manera saludable por parte de un sanador. De hecho, resulta bastante sencillo para un sanador experimentado. Los cordones se mantendrán sanos si los clientes están dispuestos a establecer relaciones saludables. Por el contrario, podrían deteriorarlos de nuevo a través de una relación negativa. Pero hay menos probabilidades de que esto ocurra, ya que los cordones sanos les brinda la experiencia de una relación saludable, que tal vez no habían llegado a conocer nunca en su vida.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del tercer chakra dañados.

Las enfermedades más comunes que resultan del deterioro de los cordones del tercer chakra son las dolencias de los órganos situados en la zona del tercer chakra. Los cordones rotos o atascados en el lado izquierdo del tercer chakra, que tienen su origen en los problemas de relación con la madre, conllevan trastornos como hipoglucemia, diabetes, cáncer de páncreas, indigestión o úlcera.

Los cordones rotos o atascados en el, lado derecho del tercer chakra, que tienen su origen en los problemas de relación con el padre, conllevan trastornos como un hígado perezoso, infecciones hepáticas o cáncer de hígado.

Ejemplos de curaciones y sus efectos.

En el transcurso de una demostración en un taller, trabajé con una alumna llamada Carey. Carey, una joven hermosa, alta y delgada, es del distrito de Boston. Durante todo el año permaneció muy callada en clase, por lo que decidí trabajar con ella para ayudarla a ganar confianza. Pude ver que tenía cordones atrapados profundamente en el tercer chakra. Un extremo de los cordones estaba conectado a la punta interior del tercer chakra, y el otro extremo, que en condiciones normales habría estado conectado a su madre, se hallaba atascado en su tercer chakra. Durante la sesión, liberé los cordones enredados que iban del lado izquierdo de su tercer chakra al lado izquierdo del tercer chakra de su madre. Cuando extraje el manojo de extremos enredados de su tercer chakra, ella aspiró hondo y se estiró como respuesta al espacio que ahora notaba en esa zona de su cuerpo.

Luego limpié los cordones. Una vez hecho esto, conecté algunos de los extremos sueltos, que representaban la dependencia, al interior del tercer chakra de Carey, haciéndolos pasar a través del nivel del hara y arraigándolos profundamente en la estrella del núcleo. En otras palabras, arraigué sus cordones al núcleo de su ser. Puesto que esos cordones representan el cuidado, significaba que el cuidado que Carey se dispensaba a sí misma y a los demás procedía ahora del núcleo de su ser.

A continuación volví a conectar los restantes cordones al lado izquierdo del tercer chakra de la madre de Carey. Su madre no estaba fisicamente presente en esta curación, por lo que esto se hizo con el mismo tipo de conexión que se utiliza en la curación a larga distancia. Esto aportó a Carey una sensación muy distinta de conexión con su madre.

El efecto obtenido en las curaciones de esta índole ha sido asombroso. Es más o menos el mismo que he observado en la mayoría de personas con las que he trabajado. La relación cambia espectacularmente. Por lo general, las personas salen de una curación con la mentalidad de que ahora podrán finalmente actuar de una forma distinta respecto a su padre o su madre. Quedan sorprendidas al ver no sólo lo distintas que son ellas, sino lo distinto que es su progenitor.

En el caso de Carey, no sólo ha cambiado su relación con su madre, sino que también ha cambiado el modo en que su madre se relaciona con ella. La siguiente ocasión en que Carey vio a su madre, ésta la recibió y la reconoció de una forma que Carey siempre había deseado. Al cabo de varios años de sentirse alienada, Carey

sintió que su madre la veía por fin tal como era y no como quería que fuera. Desde entonces, su relación se ha desarrollado y madurado.

La confusión en las relaciones es provocada a veces por conexiones distorsionadas. Lo que muestra el aura y lo que los clientes consideran la causa de su problema resulta, muchas veces, ser lo contrario. Un cliente puede haber pensado durante toda su vida que el problema residía en la relación con su padre, cuando en realidad estaba en la relación con su madre. Muchas mujeres parecen tener conflictos con los hombres. Aparentemente, no obtienen lo que esperan de la relación con un hombre. Pero cuando yo reviso su campo aural, los cordones desgarrados y enredados del tercer chakra están en el lado izquierdo, lo que indica que el problema se originó en la relación con su madre.

Por ejemplo, mi clienta Joyce comprobó a una edad muy temprana que no obtenía lo que necesitaba de su mamá. Esto fue una experiencia terriblemente dolorosa y intimidadora, porque, desde el punto de vista infantil, la madre es la donadora y protectora de la vida. Dicho de otro modo, para una niña, esto resultaba poner su vida en peligro. Con el fin de no sentir esta amenaza, Joyce rompió los cordones del tercer chakra para desconectarse de mamá. Desplazó sus necesidades de cuidado maternal hacia su padre. Desde la perspectiva del campo aural, esto suponía que todas sus necesidades se concentraban a través de los cordones conectados a su padre mediante el tercer chakra. Joyce recibió alimento de papá. Éste lo hizo lo mejor que pudo, pero no era mamá.

Más adelante, en el transcurso de la vida, se recrean las mismas relaciones. Joyce, ahora una mujer adulta, trata de recibir atención materna de su hombre. En realidad, esto no resulta en ningún momento. Así pues, Joyce interpreta que algo va mal en sus relaciones con los hombres, lo cual no deja de ser cierto, de modo que ella decide trabajar en ello en sus sesiones curativas. Lógicamente, elige un terapeuta varón para que la ayude a trabajar en sus relaciones con los hombres, para aprender a satisfacer sus necesidades a partir del hombre de su vida. Joyce no tiene demasiados problemas con las mujeres a estas alturas del proceso porque, de todos modos, no espera mucho de ellas. No recurre a ellas ni siquiera para obtener curación o ayuda terapéutica.

De seguir esta situación, Joyce no se restablecerá nunca, aun cuando así pueda parecerlo desde el exterior. Permanecerá en la postura de transferencia de ser una buena chica y convertirse en una chica todavía mejor. Admira a su terapeuta varón, le elogia profusamente y hará cualquier cosa por él. Por desgracia a veces, inconscientemente, goza tanto de esta situación que es incapaz de ver el panorama general de lo que está ocurriendo.

Un sanador inteligente sabrá que una clienta debe trabajar en sus relaciones con las mujeres con una terapeuta y/o una sanadora que tenga experiencia en dificultades psicológicas, antes de poder curar el problema. Debe destapar el terror existencial que cortó cuando rompió la conexión con su madre. Mediante este proceso, empezará a comprender que las mujeres presentes en su vida tienen muchas cosas que darle, y que muchas de las necesidades que ha depositado en su hombre no le corresponden. Esto es lo que arreglará la relación con su hombre. Una sanadora puede desenredar, reparar y volver a conectar los cordones que la clienta ha roto con su madre. Esto cambiará la relación drásticamente, para que pueda avanzar y desarrollarse desde el punto en que quedó congelada muchos años atrás.

Yo hice una demostración curativa con una estudiante de primer año a quien llamaré Grace, un ejemplo que evidencia también el poderoso efecto de reparar los cordones relacionales. En el caso de Grace, trabajé con los cordones del primer chakra, y luego del tercero; seis meses después, llegó el momento de actuar con sus cordones del chakra del corazón. Este ejemplo demuestra la acción progresiva del proceso curativo.

Grace es una mujer rubia, de complexión ligera y de carácter reservado y amable. Trabaja como directora financiera y tenedora de libros para una empresa de arquitectura. Las sesiones curativas duraron unos cuarenta y cinco minutos.

Primero, trabajé con el primer chakra, despejando y arraigando los cordones a la Tierra. Luego reestructuré el cuerpo etéreo de la pierna izquierda, que, según mi EPS, requería atención. (Más tarde, Grace me comentó que era su pierna débil.) Seguidamente despejé el meridiano de la vesícula biliar que subía por su pierna izquierda. A continuación, despejé y reestructuré el segundo chakra.

Después, dediqué la mayor parte del tiempo al tercer chakra de Grace. Los cordones estaban muy dañados. Los desenredé y liberé. Algunos estaban tan intrincados, que se habían introducido y enrollado en torno a la corriente central de energía vertical. Los guías sacaron los cordones viejos y los sustituyeron por otros

nuevos. Yo no había visto nunca nada parecido. Sólo había visto guías limpiando y reparando cordones. Los guías colocaron una prótesis dentro del tercer chakra que parecía un volante de bádminton. Los guías dijeron que se disolvería en tres meses.

Seis meses más tarde, entrevisté a Grace por teléfono sobre los resultados de la curación que efectué con ella. Esto es lo que me dijo:

Mi relación con mis padres cambió después de que usted trabajara con los cordones. Tras la curación, mi primer chakra quedó muy abierto. Me sentí más arraigada que nunca. Cuando volví a casa, mi madre me abrazó y me miró con tanto amor como yo no le había visto nunca antes. El amor que me tenía estaba profundamente transformado. Antes, jamás lo expresaba. Quiso pasar todo aquel fin de semana conmigo. Estuvo faenando en el jardín, mientras yo estaba sentada en el césped, y me hizo muchas preguntas sobre la curación. Ella se mostró más abierta a mí y a quien soy.

Sentí lo mismo con mi padre. Percibí un amor realmente sincero en él. No es un hombre que se exprese externamente tanto como podría, pero ésa fue una de las cosas que cambiaron. Y también lo noté durante todo el verano, porque no me defendieron tanto. Yo no les provoqué, y ellos no me provocaron a mí. Entonces me di cuenta de que buena parte de la relación íntima que existía entre nosotros consistía en las pautas de provocarse unos a otros. Gracias a los nuevos cordones que me conectaban a ellos, esas pautas parecían haber desaparecido por completo, durante todo el verano.

El chakra se mantuvo estable durante cinco meses. Ahora, en diciembre, el chakra ha empezado a tambalearse de nuevo. He tenido mucho trabajo en la oficina y estoy sometida a una gran presión. Además, no hago ejercicio.

Grace dijo también que su relación con sus padres se había vuelto más «inactiva» desde que su tercer chakra había vuelto a tambalearse. No era como había sido antes de las sesiones curativas; simplemente, había una expresión mucho menos externa del amor.

De modo que volví a entrevistar a Grace por teléfono. El primer chakra se estaba mostrando menos abierto de como era después de la curación, pero era mucho más fuerte que antes. El tercer chakra oscilaba un poco, pero esto era provocado por un tapón rojo oscuro de energía estancada en su centro. Describí varias maneras de repararlo. Comprobé también que su relación con sus padres se iba profundizando, y que era importante que Grace se esforzara por despejar, reparar y establecer conexiones más sólidas mediante los cordones del chakra del corazón entre ella y sus padres. Así lo hizo, y una vez más la relación con sus padres alcanzó otro nivel más profundo de intimidad.

Problemas con los cordones del cuarto chakra

Los cordones del cuarto chakra representan el amor y el misterio del equilibrio entre amor y buena voluntad en las relaciones. Esos cordones que enlazan los chakras del corazón son a lo que nos referimos cuando hablamos de la «fibra sensible». La mayoría de las personas con las que he trabajado presentaban algún tipo de problema con su fibra sensible en los cordones del cuarto chakra. Éstos se deterioran en el transcurso de relaciones afectivas insanas. La configuración insana tiene su origen en la infancia, y se repite a medida que la persona crece. Sea cual fuere el problema, se amplifica cada vez que se reproduce el trauma.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del cuarto chakra dañados:

La causa más común de daños en los cordones del chakra del corazón que he visto en clientes y alumnos consiste en un trauma en una relación íntima amorosa. Las enfermedades que resultan de esto son la acedía, palpitaciones, fibrilación auricular y lesiones en el tejido cardíaco que más tarde provocan un ataque al corazón.

Ejemplos de curaciones y sus efectos: Durante el verano de 1991, pedí a una persona que asistía a un taller introductorio si podía trabajar con ella para hacer una demostración de técnicas curativas avanzadas, y ella aceptó. Anteriormente, durante el cursillo, observé que los cordones que enlazaban su chakra del corazón con el de su difunto padre estaban muy deteriorados. La mayoría de ellos estaban muy embrollados en el interior del chakra del corazón. Algunos estaban suspendidos en el espacio. Vi también varias formas psiconóticas de energíaconciencia resultantes de experiencias de vidas anteriores en el chakra del corazón. Como consecuencia de todo ello, su cuarto chakra se tambaleaba en lugar de girar con un movimiento regular en sentido horario.

Le pregunté cómo le gustaría llamarse para el estudio de este caso, y ella escogió el nombre de Esther porque está relacionado con el personaje bíblico del mismo nombre. Esther, que vive en el Medio Oeste de Estados Unidos, es abogado y escritora independiente.

En 1976, cuando estudiaba en la facultad de derecho, Esther recibió un diagnóstico según el cual tenía una válvula mitral defectuosa. El médico dijo que era un defecto muy leve y que, a menos que interrumpiera las actividades cotidianas de su paciente, no merecía la pena someterlo a medicación. Hace un par de años, Esther inició un enérgico programa de ejercicio. Los problemas empezaron durante uno de esos programas.

Explica Esther:

El corazón se me aceleraba y no conseguía frenarlo. Seguía así durante unos treinta minutos. Fue entonces cuando me diagnosticaron una fibrilación auricular. Acudí a un cardiólogo y me dijo: «No, usted no tiene una válvula mitral defectuosa; lo que tiene es una fibrilación auricular». Y añadió que era un tipo de afección inusual, parte de la cual obedecía a un problema de posición. Podía ser provocado simplemente al volverme sobre el lado izquierdo. Presentaba dos síntomas. Uno era que el corazón latía a un ritmo más alto. El otro era que, a veces, empezaba a perder latidos. De modo que el médico me recetó Lanoxin, porque cuando el corazón se acelera, puede provocar una embolia, que a su vez puede dar lugar a una apoplejía. Así pues, para prevenir este riesgo, esta era la medida más segura.

Destiné la mayor parte del tiempo que trabajé con Esther a su chakra del corazón. Primero liberé la energía estancada. Luego solté los cordones deteriorados, los saqué, desenredé, limpié, despejé, cargué y reforcé, y finalmente los volví a conectar correctamente al chakra del corazón de su padre. Una vez concluido todo este

trabajo, las configuraciones de las experiencias de vidas anteriores empezaron a desvelarse en el cuarto nivel del campo, que estaba también en el chakra del corazón. Extraje un objeto largo y puntiagudo, semejante a una lanza, del lado izquierdo del corazón. Con la ayuda de la EPS, parecía como si Esther hubiera sido traicionada y asesinada en un conflicto de una vida anterior. Había asimismo dos escudos muy pesados y gruesos sobre el corazón, que habían sido colocados allí durante una ceremonia en la antigua época de las religiones que daban culto a la Diosa. Ser una sacerdotisa en aquellos tiempos suponía dedicar la propia vida a la Diosa y renunciar a todo tipo de relación con los hombres. Los escudos presentaban inscripciones en una escritura antigua. Escudos como ésos se colocaban sobre el corazón durante una ceremonia para contribuir a evitar que una sacerdotisa se enamorase de un hombre. En cuanto logré retirar los escudos, pude sacar también una armadura de aspecto medieval.

Los objetos de vidas anteriores como éstos permanecen en el campo aural como energía-conciencia psiconótica sin resolver e influyen en la vida presente. La lanza pudo conferir a Esther la tendencia de esperar que el corazón la traicionara; los escudos tenderían a interferir en su capacidad de relación con los hombres. La armadura evidenciaba una intensa conexión psíquica con Juana de Arco y el martirio.

Una vez eliminados esos objetos, emergió una gran cantidad del pecho de Esther. Hasta entonces, yo no había visto que el pecho de nadie irradiara una luz tan hermosa y brillante. Después de la curación, Esther preguntó si podía abandonar su medicación. Le contesté que no por varias razones. En primer lugar, porque yo no era nadie para decir que sí. Eso debía decidirlo el médico. Además, no tenía intención de continuar la curación, por cuanto ya no ejerzo la actividad curativa. Resultó que Esther abandonó la medicación por su cuenta y riesgo.

Cinco meses después de la curación, entrevisté a Esther para averiguar cuál había sido su experiencia durante la misma y para ponerme al corriente de lo que había sucedido desde entonces.

ESTHER: Lo que recuerdo más vivamente es que me sentí cada vez más ligera cuando usted sacó los escudos. Nunca antes había tenido conciencia de una sensación de pesadez, pero recuerdo haberme sentido más ligera a medida que me libraba de ellos. [...] La conexión con Juana de Arco tenía mucho sentido para mí, por cuanto tiendo al martirio. Tiendo a martirizarme por causas diversas. [. ..] Todos mis amigos le dirán que soy una persona muy comprometida en lo que se refiere a participar activamente en una serie de causas. Es un aspecto en el que he tenido que contenerme a veces, debido a la intensidad de mi implicación personal. Soy codependiente al respecto. Me vacío en este tipo de cosas, a veces en detrimento de mi estado energético. Soy pacifista. Soy abogado, y ejercí el derecho activamente en casos de derechos civiles. La mayoría de los casos que acepté eran en defensa del más débil. Representé a muchas mujeres que se consideraban discriminadas, por razones de acoso sexual en el trabajo, discriminación laboral, discriminación racial o sexual... Anita Hill fue una de las muchas clientas que tuve. [...] Soy feminista. [...]

El efecto que tuvo la curación es que mi problema del corazón ha desaparecido ¡en un noventa y cinco por ciento! Todavía experimento alguna secuela, no de la fibrilación auricular sino de lo otro; el corazón me da saltos de vez en cuando. Lo que he aprendido a hacer cuando ocurre esto es colocar la palma de la mano derecha sobre el chakra del corazón y girarla en el sentido horario. Esto regula el campo energético. Usted vio el chakra del corazón tambaleándose, yo me lo imagino tambaleándose y entonces soy capaz de tranquilizarlo y hacerlo volver a su movimiento normal en el sentido horario. Esto no ocurre muy a menudo, pero sí de vez en cuando. Eso es lo único que hago para remediarlo.

Disminuí la dosis de Lanoxin durante los siguientes diez a quince días. Creo que tomaba una píldora y píldora y media al día. Reduje la dosis diaria a una píldora, y luego a media. Más tarde, tomé media píldora cada dos días. Al cabo de un par de semanas, abandoné la medicación por completo.

Creo que lo más estimulante para mí fue que, durante varios meses desde el segundo diagnóstico, incluso tomando Lanoxin, no podía girarme en la cama sobre el lado izquierdo sin experimentar un acelerón en los latidos del corazón. Después de la curación, pude volver a girarme sobre el lado izquierdo. Al principio, parecía como si el corazón no supiera qué hacer. Luego se tranquilizaba y volvía a ser el mismo, un corazón normal. Ahora puedo volverme sobre el lado izquierdo y durante un período de unos tres a cuatro segundos, un espacio muy corto de tiempo, el corazón parece recordar lo que hacía antes. Pero ya no lo hace. No sé cómo describirlo. Es una sensación muy extraña.

BARBARA: De modo que durante ese tiempo en el que se gira, usted está con su corazón. Parece como si llevara su conciencia junto al corazón. Aparentemente, usted induce de un modo automático una nueva configuración en esa zona.

ESTHER: Sí, en efecto, estoy allí con mi corazón. Supongo que trato de tranquilizarlo para que no vuelva a enfadarse conmigo. Y funciona.

Pero lo más excitante para mí fue despertar una mañana y darme cuenta de que había estado durmiendo sobre el lado izquierdo, y que evidentemente me había girado durante el sueño en mitad de la noche y mi corazón no se había acelerado como hacía antes. Me habría despertado inmediatamente, y no me habría dejado en paz hasta que volviera a girarme. Pero ahora era evidente que podía girarme durante el sueño y dormir sobre el lado izquierdo sin más consecuencias y despertar a la mañana siguiente como nueva.

BARBARA: ¡Estupendo!

ESTHER: Fue de lo más excitante. Pero también me sentí frustrada, porque consideraba que debería estar totalmente restablecida de esto, después de esa maravillosa curación. Quería que hubiese desaparecido del

todo. Pasé algún tiempo frustrada por ello, porque me había curado en un noventa y cinco por ciento. [. ..] Porque cuando ocurrió aquello en la litera, aquel prodigioso milagro, me sentí realmente como si..., como si usted hubiera sido el chamán. Usted fue la persona que lo hizo, que cogió toda aquella carga y se la llevó. Me sentí muy aliviada. Recuerdo que al día siguiente examiné mi chakra del corazón con un péndulo, y ocupaba toda la anchura de mi pecho. Era sencillamente enorme, y fue una sensación maravillosa notarlo abierto. [...] Pero aún persistía eso, una configuración casi espectral que aparecía a veces. Mi marido dice que soy demasiado dura conmigo misma, probablemente por mi complejo de mártir.

Pero, hasta ahora, he aprendido muchas cosas sobre la relación entre quien soy emocionalmente y lo que es mi cuerpo. Y que el campo energético es una verdadera herramienta de comunicación para mí. Y ésa fue la lección principal. [...] Finalmente me di cuenta de que todo ello había sido una auténtica experiencia de aprendizaje para mí. Antes que nada, para asumir la responsabilidad de mi propia curación y de enseñarme que soy responsable sobre una base diaria. Soy responsable de mi campo energético, y hay días en los que no cuido de él como debería. Me dejo dominar por la tensión o la fatiga, y es entonces cuando empiezo a sentir esa configuración espectral. Mi corazón trata de decirme otra vez: «Eh, ya vuelves a hacerte la mártir. Te estás comprometiendo demasiado en esto. Le pones demasiada pasión. Te estás implicando en exceso. Tómatelo con calma».

Y recuerdo que usted dijo algo sobre eso en el taller, algo sobre lo que nos dice el cuerpo, lo que nos dicen nuestros procesos patológicos. Creo que todavía necesito una pizca de eso que me sirva de termostato, de campanilla de alarma. ¿Tiene algún sentido?

BARBARA: Eso está muy bien. Sí, es cierto, y probablemente sea por esto que ha conservado la configuración espectral, porque aún necesita esa autoprotección.

ESTHER: Sí.

BARBARA: Y llegará un día en que se irá también. Porque usted puede llegar al punto en el que debe frenarse automáticamente cuando su cuerpo se lo diga de un modo más sutil, como el simple hecho de notar que ha llegado el momento de parar.

ESTHER: Todavía tengo esta necesidad de un sistema de alarma que me diga cuándo estoy despilfarrando mis energías. Entonces sé que es el momento de parar, reconcentrarme, centrar mi campo energético y trabajar con mi chakra del corazón, y ahora dispongo de las herramientas con las que hacerlo.

Me estoy esforzando por alcanzar el punto en el que pueda prever el derroche de mi energía. Si puedo preverlo antes de que ocurra en vez de después, no creo que tenga necesidad de esa configuración. Creo que desaparecerá por completo.

BARBARA: Mejor para usted. ¿Ha advertido algún cambio en la relación con su padre?

ESTHER: Oh, sí, esto es interesante. La curación tuvo lugar en mitad de un viaje que inicié en el mes de abril, durante el cual me había unido, por primera vez, a un grupo de terapia de codependencia que trabajaba con conflictos infantiles en las relaciones familiares. La parte más importante del trabajo que realicé tuvo lugar cuando regresé de la curación. Consistió en confrontar a mi padre en determinados aspectos. Tradicionalmente, no mantuve muy buenas relaciones con mi madre, y he luchado con esa relación durante muchos años. He realizado todo este trabajo con mi madre. Pero siempre dejé a mi padre en paz. Era una figura que me asustaba demasiado como para estar enfadada con él, hasta que fui capaz de efectuar ese trabajo, y eso fue después de la curación. Hasta entonces, nunca había tenido el valor de enfadarme con mi padre. Descubrí que una parte de lo que había recriminado a mi madre correspondía en realidad a mi padre. Así, le devolví lo que le pertenecía, y fui capaz de ver a mi madre desde una perspectiva mucho más solidaria, de valorar lo mucho que había luchado durante tantos años de matrimonio con un alcohólico mujeriego y egoísta, que siempre miraba sólo por él. De este modo, pude echarle en cara una parte de sus culpas, enfrentarme a él y, pienso, acercarme mucho más al perdón. Pues sí, la relación con mi padre cambió definitivamente.

Problemas con los cordones del quinto chakra

Los cordones del quinto chakra representan la segura confianza en la voluntad suprema de la relación. También representan el dar y recibir en la comunicación veraz mediante sonidos, palabras, música y símbolos. La interrelación entre la comunicación y la voluntad suprema es muy interesante. Cuando el chakra de la garganta está abierto y funciona bien, decimos nuestra verdad al momento. Esa verdad se alinea automáticamente con la voluntad suprema. En un principio existía el verbo, y el verbo era Dios. El verbo se hizo manifiesto. Aquello que decimos se hace manifiesto en el mundo fisico. Cuando nuestros cordones relacionales están sanos, las verdades que decimos a los demás en una relación aportan una manifestación positiva de la relación, que está alineada con la voluntad suprema de la misma. Entonces podemos cumplir nuestro objetivo en la relación.

Cuando los cordones del quinto chakra no funcionan, no sabemos cómo expresar la verdad de la voluntad suprema de nuestra relación. Tenemos dificultades para alcanzar el objetivo de nuestra relación, y ésta resulta dolorosa.

Todas las relaciones se forman con el propósito de aprender. La voluntad suprema de cada relación está siempre vinculada a aquello que se espera aprender de ella. Algunas relaciones pueden formarse sólo para completar el karma. El karma no es más que las lecciones que aún no han sido aprendidas y pasan de una vida a la siguiente. Son experiencias que no se han completado. En el pasado, uno se ha

propuesto terminar una lección, y cuando ésta no se ha aprendido, se transfiere a otra existencia. Establecemos un plan de vida, y ese plan incluye los tipos de relaciones significativas que tendremos para aprender nuestras asignaturas pendientes. Es así como escogemos a nuestros padres y familiares. La pregunta es: ¿escogemos también nuestra «futura pareja» con mucha antelación? ¿Tenemos «amigos del alma»?

Dice Heyoan:

* * *

En la gran sabiduría del Universo existen muchísimos individuos que conservan el deseo de terminar un aprendizaje concreto, la sabiduría y el karma, que son compatibles con vuestras necesidades y que están a vuestro alcance para que les conozcáis. El universo no es tan incompetente como para concederos sólo una posibilidad. En cualquier caso, el individuo que conoceréis es alguien al que identificaréis como el único, el compañero para ese período determinado de vuestra vida. Desde esta perspectiva, todos los individuos del planeta son, hasta cierto punto, vuestros «amigos del alma», y, de hecho, también aquellos que no están encarnados en este momento específico. No obstante, si habéis accedi- do a una vida concreta con un objetivo o una misión principal, la propensión a tener un compañero determinado aumentará si ese individuo tiene una misión en la vida que encaja perfectamente con la vuestra. En este sentido, sí, sois «amigos del alma». Así pues, reconoceréis a un «amigo del alma» desde la perspectiva de que es perfecto en lo que concierne a vibraciones energéticas, intercambio de energía, conexión e ideales supremos, y también en lo que se refiere a quien sois y por dónde os movéis en ese momento y durante un determinado espacio de tiempo. Una vez aprendida la lección, el karma se habrá cumplido y la relación puede dejar de ser activa. La relación no terminará nunca, por cuanto la conexión persiste para siempre. O bien emprenderéis un nuevo aprendizaje juntos y permaneceréis uno con el otro para el resto de la vida si así lo deseáis. La elección depende por completo de vosotros, porque a fin de cuentas no existe la separación desde nuestra perspectiva.

Otra forma de considerarlo es en función de las veces en que habéis estado juntos antes. Si habéis estado juntos alguna vez en el pasado, identificaréis al otro como vosotros mismos. Cuantas más veces hayáis estado juntos, mejor reconoceréis al otro como vosotros mismos. Quizá llegue un determinado momento en que el número de veces en que habéis estado juntos os infundirá la creencia de que el otro es, en realidad, un alma gemela. Una vez conectados, lo estaréis para siempre, y cuantas más veces estéis conectados, más os pareceréis en experiencia y sabiduría, y en el nivel de integración de la conciencia y la individualidad.

Las relaciones se perpetúan más allá del mundo físico. También persisten entre un individuo que está en lo físico y otro que ha escapado de lo físico. Vienen a ser iguales a como eran en lo físico. Esto es lo que ocurre en la relación personal con Dios. La relación romántica humana es una de las maneras más intensas de experimentar lo divino, por cuanto uno experimenta lo divino en la individualidad del otro. Es un avance de lo satisfactoria que será la relación con Dios. La relación romántica humana es el primer paso de las múltiples fusiones que experimentaréis antes de uniros con Dios en la relación. No perderéis nunca el eros, la belleza ni el prodigio de reconocer al otro.

* * *

Los cordones del quinto chakra pueden deteriorarse en el curso de interacciones violentas respecto a la verdad y la voluntad suprema en la relación. Pueden proceder de vidas anteriores en las que el individuo fue traicionado o traicionó a otros. Pueden resultar dañados en la infancia a través de interacciones abruptas respecto a la verdad, como en el caso de un padre u otra figura autoritaria que no cree a los niños cuando éstos dicen la verdad. Pueden ser dañados por los padres que no asumen la responsabilidad de su función. Por ejemplo, una de las funciones de un padre es proteger al hijo de cualquier peligro. Pero si el padre no protege al hijo e incluso proyecta su frustración en él sometiéndole a malos tratos, está traicionando la voluntad suprema de su relación. El niño dejará de confiar en las relaciones con otras autoridades masculinas.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del quinto chakra dañados:

Entre las enfermedades que he visto con mayor frecuencia se incluyen el hipotiroidismo, la gota, desviaciones de cuello y afecciones pulmonares.

Ejemplos de curaciones y sus efectos:

Una mujer de cincuenta y pocos años, a quien llamaré Lorie, vino a verme después de someterse a terapia durante muchos años para librarse de un sinfin de problemas. El que la aquejaba por aquel entonces era un acceso de hipotiroidismo. Conservaba todavía una dificultad muy importante: no confiaba en las relaciones. Facilitaré en este caso un relato más extenso, porque da una idea más clara de cómo una persona puede, paso a paso, resolver muchos de los problemas con los cordones del chakra que se desarrollaron durante la infancia. Si bien algunos episodios de la historia de Lorie son más espectaculares de lo que podría

considerarse normal, los problemas que tenía con los cordones del chakra no eran mucho peores que en el estado llamado «normal» de la mayoría de la gente que tiene conflictos. En otras palabras, la mayoría de la gente presenta dificultades con sus conexiones mediante cordones en muchos de sus chakas. Y es habitual que se requieran largos períodos para curar a esas personas si no saben que tales problemas existen y por tanto no trabajan directamente con ellos. Aunque Lorie pasó la mayor parte de su vida sin tener conciencia de sus cordones relacionales, referiré su caso centrándome en éstos.

Lorie creció en un ambiente rural y conservador del Medio Oeste norteamericano. Era una niña tranquila, tenía pocos amigos y destacaba en la escuela. No se sentía muy conectada a su madre, quien prefería a su hermano mayor y a su hermana'menor antes que a ella. Se conectó con su padre, a quien adoraba y por el que habría hecho cualquier cosa, incluso convertirse en la clase de hijo que su hermano se negaba a ser. No solía jugar mucho con muñecas, le encantaba hacer cosas y ayudaba a su padre en múltiples actividades. Estaba terriblemente celosa de su hermana pequeña, que recibía toda la devoción de sus padres, mientras que Lorie tenía que trabajar muchas horas ayudándoles.

Estas experiencias en los primeros compases de su vida produjeron una distorsión de los cordones conectados a sus padres en muchos de sus chakras.

Los cordones del primer chakra arraigaban muy bien en la Tierra, por cuanto Lorie trabajó mucho con los miembros de su familia en los terrenos de la granja.

Los cordones del segundo chakra estaban deteriorados en el lado izquierdo, el de la conexión materna, puesto que Lorie no podía vincularse con su madre en términos de deleite sensual y sexual, que su madre negaba en su propia vida. Además, Lorie recibió una educación sexual muy estricta debido a la cultura en que se crió. El sexo era un deber que había que soportar.

Los cordones del tercer chakra, los del cuidado, se desarrollaron bien entre Lorie y su padre, pero los que la vinculaban a su madre estaban rotos. Su padre le prestaba atención y cuidaba de ella, pero los papeles se invirtieron respecto a su madre. Era Lorie quien asumía la responsabilidad del cuidado. Lorie trataba de satisfacer sus necesidades maternas a través de su padre.

Los cordones del cuarto chakra de Lorie estaban un poco atascados en el lado izquierdo del corazón porque también había desconectado éste de su madre. Sentía culpabilidad porque competía con su madre por su padre.

Con el tiempo, los cordones del quinto chakra de Lorie se enredaron a ambos lados porque estaba muy confundida respecto a su identidad y sus necesidades reales. No tenía en su familia ningún modelo para pedir y satisfacer sus necesidades. En realidad, nadie sabía cómo hacerlo. La mayoría de necesidades personales eran, además, eclipsadas por las épocas de dificultades económicas.

Los cordones del sexto chakra se desarrollaban bien. Había mucha libertad dentro de la estructura familiar respecto a las ideas. De hecho, había muy pocas discusiones intelectuales en el seno de la familia, pero ambos padres tenían un gran respeto por los conocimientos. Los cordones de las ideas creativas eran fuertes y sanos, aunque no había muchos.

Los cordones del séptimo chakra de Lorie también estaban sanos. Ella se conectaba con su madre en su espiritualidad. Su madre tenía «la fe de una semilla de mostaza». Aprendió también las ventajas de permanecer en silencio mientras pasaba el tiempo pescando con su padre. De hecho, éste era el método que seguía su padre para meditar y sentir a Dios. Lorie imitaba la fe de su madre y el uso práctico de la meditación de su padre. De este modo fue capaz de establecer unas conexiones muy sólidas a través de su séptimo chakra.

Como consecuencia de las reacciones de Lorie a su vida infantil y a la forma de desarrollar sus cordones relacionales en función de ésta, empezó a concentrarse, del modo más natural, en los aspectos de su vida en los que sus cordones estaban más sanos. Comenzó a apartarse poco a poco de la vida familiar y a concentrarse en la escuela, donde podía distinguirse por sí misma. Era el principal ámbito que le quedaba en su etapa adolescente donde podía obtener reconocimiento y respeto. Esto le fue bien. Destacó en la escuela y accedió a la universidad. Todo le salió a pedir de boca hasta que empezó a establecer relaciones con los hombres. De hecho, le iba bien mientras se trataba de ayudarles en las tareas domésticas. Pero Lorie era incapaz de asumir el papel de protectora o amante, porque no había tenido un ejemplo directo de ello en su madre.

Lorie pasó por dos matrimonios en los que fue incapaz de satisfacer sus necesidades, ni de confiar en que la relación era adecuada para ella o la sostenía en su vida. Durante años tuvo dificultades para comunicar sus necesidades en la relación con sus dos maridos.

Primero se casó con un hombre mucho mayor que ella. Lorie era muy joven y, en cierto sentido, quería a alguien que se ocupara de ella. Como decía a sus amigos en aquella época, «Él me ofrece mi vida en bandeja de plata». Apenas si conocía a aquel hombre, pero se casó con él por miedo a estar sola. Pasó la semana siguiente a la boda sintiéndose completamente atrapada, y permanecía inmóvil frente a la ventana del estudio en el que vivía ahora. Al cabo de varios meses de descubrir que tenía muy poco en común con su marido, quien se pasaba horas jugando con su estación de radioaficionado, Lorie empezó a concentrarse en su carrera como una forma de hacer algo útil en la vida. Durante los cinco años siguientes, se forjó una carrera y se independizó económicamente. Aunque su marido era muy considerado con ella, en realidad el matrimonio no llegó a evolucionar. Su vida sexual era más o menos nula. No tenían muchos amigos ni pasatiempos, y no hubo hijos. Lorie no quería tener hijos. No tenía la menor idea de cómo cuidarles, y tampoco deseaba hacerlo. Al cabo de cinco años tuvo una aventura con alguien del trabajo, que ella utilizó para evadirse de su aburrido e insatisfactorio matrimonio.

Durante su primer matrimonio, Lorie consiguió desarrollar y reforzar más los cordones del sexto chakra, que le permitieron conquistar la independencia económica. Puesto que su marido era muy afectuoso, ella pudo empezar a trabajar también con su sexualidad. Así pues, esos cordones comenzaron a soltarse y repararse, sobre todo aquellos que habían representado el sexo como un deber que había que soportar. Aun cuando su vida sexual no resultó muy interesante, por lo menos dejó de ser un deber.

Lorie acumuló un sentimiento de culpabilidad tan grande sobre su aventura, que decidió sacar partido de ella y se puso a vivir con el segundo hombre. No tardaron en surgir los problemas en la relación. Para entonces, Lorie estaba desesperada por dar satisfacción a algunas de sus necesidades relacionales, pero no lo entendía así. No sabía en qué consistían sus necesidades. Y tampoco sabía comunicarlas de una forma efectiva. En cambio, volvía a estar con alguien que era muy distinto a ella. Lorie empezó a pedir atención, protección y sexo. Su nuevo marido, que era hijo de padres alcohólicos, reaccionó volviéndose abusivo. Cuanto más pedía ella, más se asustaba su marido y más abusaba. Cada año, los abusos eran peores, y Lorie se sentía cada vez más desorientada. No tenía idea de qué debía hacer. Ni siquiera sabía que ella alimentaba esa situación de la que parecía ser la víctima. Triunfaba en su profesión, pero era desgraciada en el hogar.

En esta situación de abuso, Lorie desarrolló unos cordones muy distorsionados. Sus chakras segundo, tercero, cuarto y quinto empeoraron. Su agonía la empujó por fin a buscar ayuda. Se sometió a terapia e hizo grandes progresos para resolver muchos de sus problemas. Aprendió cómo responder al abuso estableciendo unos límites claramente definidos que no traspasaba. En el proceso de crear esos límites, utilizó su conexión espiritual del séptimo chakra, que también tenía su marido, para mantenerse bien encarrilada. Con esta nueva seguridad, descubrió mucho más amor hacia su marido y reparó muchos de sus cordones del chakra del corazón. Al mismo tiempo, conservó el buen estado de los cordones del sexto chakra. Pero seguía sin poder restablecer los cordones de los chakras segundo, tercero y quinto. Sexualmente, era incompatible con su marido, que tenía miedo a la pasión sexual y la evitaba. La única forma que Lorie conocía para obtener sexo consistía en pedirlo. Esto asustaba aún más a su marido. Muy pronto, su vida sexual cayó en el olvido.

Lorie era incapaz de aprender a cuidar de sí misma, y su marido no podía satisfacer sus exigencias. Así pues, él la evitaba o la rechazaba continuamente. El lado izquierdo del tercer chakra de Lorie empezó a desgarrarse, provocando debilidad en el páncreas y más tarde en todo el sistema digestivo. Ella desarrolló susceptibilidad a determinados alimentos y tuvo que someterse a dietas especiales para evitar el agotamiento y la hinchazón. Su quinto chakra empeoró. Mantenía disputas frecuentes con su marido, quien seguía amenazándola con el abuso fisico, pero éste se convertía en abuso verbal, crueldad e hipercontrol.

Durante esta época de su vida, Lorie se sometió también a muchas sesiones de terapia personal y de pareja, y trabajo corporal. Seguía arraigándose firmemente en la Tierra. Mediante ese trabajo, reforzó sus chakras primero, cuarto, sexto y séptimo.

Tras muchos esfuerzos y reflexiones, finalmente decidió terminar con su matrimonio para trabajar sola consigo misma. Así, al final de su segundo matrimonio, muchos de los cordones de sus chakras primero, cuarto, sexto y séptimo evidenciaban un funcionamiento óptimo. Pero los cordones de los chakras segundo, tercero y quinto se hallaban en peores condiciones.

Durante el tiempo en que estuvo sola, trabajó con sus chakras segundo, tercero y quinto. Se concedió espacio para averiguar cuáles eran sus necesidades, para encontrar la confianza en que podía satisfacerlas, y para empezar a pedirlas sin exigencias. Esto comenzó a reforzar su quinto chakra, donde había tenido los mayores problemas desde su niñez. Lorie empezó también a cuidar mejor de sí misma, y esto fortaleció su tercer chakra. Procedió a explorar su sexualidad en una situación más libre de como había podido hacerlo hasta entonces y descubrió que funcionaba bastante bien en esa área. Los cordones del segundo chakra empezaron a restablecerse también.

Dos años después conoció y se casó con su tercer marido. Las conexiones sentimentales y sexuales entre ambos se dejaron notar de inmediato. Puesto que ella había trabajado tanto con sus chakas, esta vez pudo emparejarse con alguien mucho más compatible. Se casó con un hombre que tenía muy pocas dificultades con la sexualidad y era un protector. Ahora, el segundo chakra de Lorie iba bien encarrilado hacia su curación. Su marido pasó varios años con ella ayudándola a reparar todo el dolor sexual que había acumulado de las dos relaciones anteriores. Cuidaba de ella de formas que Lorie ni siquiera sabía que existían. Esto era natural para él, tras haberse criado en el seno de una familia que actuaba así. Lorie empezó a imitarle. Comenzó a establecer conexiones más sólidas con su familia original, especialmente con su madre. Y los cordones del tercer chakra que la vinculaban a su madre empezaron a sanar. Mientras ella limpiaba y reforzaba los cordones del tercer chakra que la unían a su madre, revisó también la relación con su padre. Comenzó a tender cordones del tercer chakra sanos hacia otras personas con las que tenía relación.

Para cuando Lorie acudió a mí, la mayoría de estos problemas ya estaban siendo atendidos. Pero aún acarreaba muchos problemas en el cuello, la mandíbula y la tiroides. Seguía sin confiar en las relaciones. Todavía le era imposible confiar lo bastante en su marido como para permitirse admitir cualquier tipo de dependencia respecto a él. Su solución a los problemas consistía en valerse por sí misma y no confiar jamás en otra persona, no rendirse nunca a la voluntad suprema de una relación ni esperar ninguna ayuda de ésta.

A medida que iba avanzando su relación, Lorie se veía cada vez más inducida a hacer esto. Una vez más, reaccionó concentrándose en su vida laboral y trabajando en exceso. Así, al cabo de varios años de excederse en el trabajo, su glándula tiroides, que se aloja directamente en el quinto chakra -donde sus cordones estaban enredados desde la infancia-, empezó a ceder. Esa desconfianza en las relaciones interfería ahora también en

su vida profesional. Le resultaba dificil delegar trabajo en sus empleados. Muchas veces se ocupaba de él ella misma. Para cuando vino a verme, había estado trabajando un promedio de sesenta a ochenta horas semanales durante unos veinte años. Había alcanzado el éxito y aún conservaba mucha energía, pero estaba agotando su cuerpo. El dilema era si podría rendirse a la voluntad suprema de la relación que ella había creado y aprender a considerarla como una creación conjunta y progresiva en la que participaban ella y su marido.

Cuando trabajé con su quinto chakra y liberé los cordones, Lorie empezó a moderarse un poco. Comenzó a salir de la oficina a las cinco o las seis y a limitarse a ver la televisión con su marido. Empezó a implicarse más en su vida doméstica, en la pintura y en otros placeres que la satisfacían. Pasaba más tiempo con su marido, e incluso le acompañaba en sus viajes de negocios. Y él participaba en los de ella. A medida que Lorie se curaba, se daba cuenta de que había tenido tendencia a hablar mal de las personas o los empleados que no respondían a sus necesidades. Constató que tenía dificultades para encomendar tareas a sus empleados sin odiarles ni culparles porque asumía que no harían lo que ella quería. Todo esto estaba encerrado en su quinto chakra y en su desconfianza en la voluntad suprema de cualquiera de las relaciones que mantenía.

Al mismo tiempo que su quinto chakra sanaba a través de varias sesiones curativas, su tiroides se encogía y restablecía su funcionamiento normal. Mejoró sus aptitudes comunicativas con gente que sabía cómo tratar a los empleados para que se sintieran a gusto con su trabajo y lo cumplieran con eficacia. Lorie utilizó a esas personas como modelos para aprender a comunicar sus necesidades. Practicó las técnicas de comunicación con sus amigos. Probó nuevas formas de expresar lo que quería decir. Comprendió que debía revisar todas las relaciones por las que había pasado, identificar la voluntad suprema de cada una de ellas y seleccionar lo que había aprendido de ellas para poder aplicarlo en beneficio de una relación actual. Durante un año, destina su tiempo diario de meditación a esta tarea. En el momento de escribir estas líneas, Lorie está dedicándose a estos menesteres y haciendo grandes progresos. Todos los aspectos de su vida encajan de nuevas maneras, y ahora confía mucho más en todas sus relaciones.

Problemas con los cordones del sexto chakra

Los cordones del sexto chakra representan el éxtasis de ver los conceptos más elevados en el intercambio y la interacción de ideas experimentando el amor incondicional con la persona con quien se establece ese intercambio. Representan el placer de reconocer a su ser amado como un ser hermoso de luz y amor. Representan la capacidad de amar desde una perspectiva espiritual, como hicieron muchas de nuestras figuras religiosas como Cristo y Buda.

Los cordones del sexto chakra pueden estar dañados a partir de experiencias en vidas anteriores en las que la gente era obligada a practicar religiones en las que no creía.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del sexto chakra dañados:

El deterioro de los cordones del sexto chakra puede dar lugar a dolores de cabeza, confusión, desorientación, trastornos del cerebro como la esquizofrenia, e incapacidades de aprendizaje.

Ejemplos de curaciones y sus efectos:

En febrero de 1992, en un taller introductorio, tuve el privilegio de trabajar con los cordones del sexto chakra. Llamaré a mi clienta Aida. Durante el intermedio de una conferencia que yo daba, Aida se me acercó y me preguntó sobre la dislexia que sufrían ella y su hija. Examiné el sexto chakra de Aida y sus cordones. Sin duda, el sexto chakra estaba deteriorado en el lado derecho. Los cordones, que en condiciones normales enlazan el centro del sexto chakra con el cuerpo calloso, no los conectaban en absoluto. Retrocedí en el tiempo y vi que una parte del daño se remontaba a cuando ella era muy joven, y otra parte había ocurrido un par de años antes de que Aida hubiese quedado embarazada de su hija, cuando contrajo una fiebre de 40,5 °C. En esa época le extrajeron las amígdalas. Los cordones que en teoría debían conectar su sexto chakra con el de su padre estaban dañados. Pude ver que su padre había tratado de inculcarle sus ideas negativas sobre la vida a través de sus cordones del sexto chakra, de modo que ella los había arrancado. Le pregunté si le gustaría participar en la demostración, a lo que ella accedió.

En primer lugar, traté de ayudar a Aida a arraigarse, para reforzar su primer y segundo chakas, que estaban debilitados. Luego pasé al tercer chakra, que no funcionaba correctamente. Despejé los torbellinos obstruidos en cada uno de esos chakas. A continuación despejé la corriente vertical de energía que asciende por la columna vertebral en toda su trayectoria hasta la cabeza. Eliminé un velo oscuro, parecido a una nube, que cubría la cabeza y los hombros. Hacía mucho tiempo que estaba allí. Aida empezó a sentirse mucho más ligera, más libre y aliviada cuando le quité ese velo.

Debido a las dificultades económicas por las que pasaba, su padre adoptaba una actitud pesimista ante la vida, que trasladó a Aida. No obstante, siendo niña, Aida sabía que era muy importante llegar hasta el fondo de cualquier asunto antes de encontrarle una solución. Esto es lo que faltaba en los conceptos que recibía de su padre. Heyoan dijo que, durante su infancia, Aida había desconectado los cordones que van del sexto chakra al cuerpo calloso porque tenía miedo de asumir la actitud pesimista de su padre ante la vida. Usando su razonamiento infantil, la niña tuvo cuidado de no aceptar información de nadie por temor a que fuera pesimista.

Para hacer esto, tuvo que desconectar los cordones del sexto chakra de su cuerpo calloso, y de este modo propició su dislexia.

Mientras describía a Aida lo que había ocurrido, destorcí su corriente de energía vertical.

Entonces Heyoan le explicó:

* * *

Todo el mundo tiene la libre opción, en su encarnación, de crear dislexia con el fin de conservar el conocimiento de que es muy importante llegar hasta el fondo del asunto antes de realizar un juicio intelectual sobre cualquier situación. Dada la estructura del sistema educativo norteamericano, te habría resultado muy difícil anteponer el corazón a la razón. Así pues, optaste por renunciar, al menos de momento, a la capacidad de asimilar información desde una perspectiva que creías te haría perder el

corazón. Porque tú viste la necesidad sobre la Tierra, y al encarnarte decidiste entregar el don de enseñar a los demás a conservar el corazón antes que la mente racional. Ahora que ese don está despejado, trabajaremos con esos cordones.

* * *

Mientras yo trabajaba con los cordones del sexto y séptimo chakas, Heyoan prosiguió:

* * *

Todos los cordones que salen de la parte posterior de los chakras están vinculados a relaciones pasadas que ahora mismo no afectan activamente a la encarnación actual, mientras que los de la parte frontal afectan activamente a esta encarnación.

* * *

Conecté los cordones desde la punta interna del sexto chakra al interior del cuerpo calloso. Luego desenredé y limpié los cordones de la parte frontal del sexto chakra y pregunté a Aida si estaría dispuesta a volver a conectarse firmemente con su padre. Ella consintió. Mientras yo establecía conexión telepática con su padre, pude comprobar que el hombre tenía el corazón encogido por los contratiempos de su vida y que estaba triste de ver muchos anhelos insatisfechos. Dijo (telepáticamente) que ahora se encontraba mejor. Yo trabajé (a larga distancia) con su tercer ojo para ayudarle a desprenderse de algunas de sus ideas negativas, y le conecté la cabeza con el corazón. Llegado ese punto, algunos de los cordones de la parte delantera del chakra de Aida se desplazaron hacia la parte trasera. Heyoan explicó:

* * *

Algunos de esos problemas han quedado detrás de ti.

* * *

A medida que los cordones volvían a conectarse entre el sexto chakra de Aida y de su padre, empezó a formarse una nueva relación. Entonces trabajé con los cordones del chakra del corazón de Aida que la enlazaban con su padre. Me di cuenta de que en una etapa anterior de su vida ella se enfadó mucho con su padre y no quiso saber nada más de él. Dijo Aida: «Simulé que mi padre había muerto».

Heyoan dijo:

* * *

Con el tiempo, verás por qué es tan importante aceptar el amor de tu padre tal como es, de la forma en que lo expresó y lo expresa ahora. Debes aceptar la forma en que cada individuo expresa su esencia. En el pasado, dijiste: «Tu amor no es como debería ser, de modo que no lo aceptaré». Hay aquí una lección muy importante que debes aprender: cómo aceptar la esencia de cada individuo. Esto es lo que te bloquea en tus relaciones con los hombres y con tu pareja. No pueden responder nunca a como tú esperas que sean.

* * *

En ese momento, Aida impidió que los cordones entraran en su corazón, así que le dije: «¿Puede dejar que su padre se acerque a usted? Su padre quiere entrar en su corazón exactamente tal y como es, con todos sus defectos humanos. Eso es bueno, déjele entrar en usted. Su niña interna está diciendo: "Me hará daño, me hará daño. Me hará daño porque no ha estado aquí en mucho tiempo"».

A medida que los cordones se conectaban profundamente en el corazón de Aida, su respiración se hacía también más profunda.

«Es una sensación muy nueva, ¿verdad?», le pregunté. «¡Muy intensa!», exclamó Aida.

Heyoan siguió hablando mientras yo trabajaba:

* * *

Conéctalo profundamente en la sede del alma. Conéctalo al trabajo de tu vida. Porque está directamente conectado con el trabajo de tu vida: aceptar la realidad de otro individuo, encontrar la verdad en ella y tender los puentes para comunicaron uno con otro. Esto sólo es factible a través del corazón, dejando entrar al otro en

tu corazón. Ésta es la forma en que puedes pensar por ti misma y permitir también que el otro piense por sí mismo. Así, las verdades individuales pueden coexistir unas junto a otras con aparentes diferencias o incluso discrepancias desde la perspectiva de la dualidad, y, al mismo tiempo, desde la verdad espiritual suprema, no serán distintas.

* * *

Completé la conexión a la sede del alma de Aida en el nivel del hará, y seguidamente pasé al nivel de la estrella del núcleo para extender su esencia interna por la sala. Le dije: «Sienta quién es usted a diferencia de cualquier otro en la Tierra. Sienta la luz recorriendo todo su cuerpo. Procede del interior de su cuerpo, de su estrella del núcleo».

La luz de Aida iluminó el público. Ella se sentía viva y radiante. Era visible para todos los presentes. Cuando terminamos, Heyoan agregó:

* * *

Esta configuración concreta se transmite de generación en generación. No es más que un tipo de dislexia. Existen tres tipos. Hablaré de ellos en el futuro.

* * *

Me gusta efectuar un seguimiento de las curaciones en intervalos de varios meses durante todo el tiempo posible, para observar los efectos a largo plazo de una curación. Sólo han pasado cinco meses desde la curación de Aida, pero comoquiera que este libro debe ir a impresión, no puedo dejar pasar más tiempo para realizar el seguimiento. Esto es lo que ella me comentó sobre los efectos de la curación en la relación con su padre y en su dislexia:

AIDA: Bueno, ha afectado a la relación con mi padre en gran medida. Ahora es, sin duda, mucho más afectuosa y solidaria. Es casi como si hubiera perdonado muchos de los conflictos del pasado, y me siento mucho más conectada con mi padre. Es evidente que ha habido una experiencia maravillosa a resultas de la curación.

BARBARA: ¿Le trata él de alguna forma diferente?

AIDA: Sí. En el pasado, siempre tuve la sensación de que no estaba a mi lado, de que no era accesible a mí. Ahora, a la más mínima necesidad que tengo, él está allí para ayudarme. Es muy solidario. Antes, yo decía algo y podía transcurrir una semana, un mes o un año sin que él me oyera. Ahora, basta con que diga una palabra y en cuestión de unas horas él resuelve mis problemas. Entonces pienso: «¡Dios mío, esto sí que es todo un cambio!». Así pues, me siento amada como no lo había sido antes, porque mi padre no era accesible. También la comunicación entre él y yo ha mejorado. Él ha sido capaz de hablarme de su infancia. Experimentó muchos abusos siendo niño. Recibió numerosas palizas de su padrastro y de una madre sometida, a su vez, a abusos. Además, era alcohólica. Así pues, al ver y comprender sus orígenes, he sido más capaz de aceptar y perdonar el modo en que nos ha tratado a mí, a mis hermanos y a mi hermana. Porque él sufrió una gran cantidad de abusos, violencia y odio descontrolado.

BARBARA: ¡Eso es estupendo!

AIDA: Ahora le hablaré de la dislexia. Hay una parte de mí misma que siento muy organizada, pero estoy notando algo más de desorganización. Es casi como si saliera más a la superficie. Estoy tomando más conciencia de ello. Soy más consciente de la dificultad que tengo. Me veo a mí misma desvirtuando cosas. Me veo tropezar con palabras nuevas que no conocía o con las que no estaba familiarizada. En otros tiempos, me frustraba y me enfadaba conmigo, pero ahora soy un poco más tolerante e indulgente conmigo misma.

BARBARA: Así pues, la mejoría reside en que es consciente de cuándo lo hace. ¿Era consciente de cuándo lo hacía antes?

AIDA: No, no lo era.

BARBARA: Bien, eso es interesante, porque generalmente el primer paso para cambiar algo es tomar conciencia de cuándo se hace lo que se quiere cambiar.

AIDA: Sí, claro. He estado experimentando un montón de cosas que parecían apuntar hacia la transformación. Tuve una visión de mí misma en la que era una rama vieja. Pude ver mis brazos y mis piernas como una rama vieja y seca. Fue una visión porque no estaba dormida. Entonces pude ver, sentir o reconocer que la luz estaba dentro de mí para rejuvenecer o volver a encender y a desarrollar esas ramas. La siguiente imagen fue la de mi cara, pero yo estaba en un cuerpo vivo y vibrante. No entendí qué significaba todo esto hasta hace poco. Es casi como si mi vida se reorganizara sola para que yo no sea tanto el punto focal para mis hijos. Las chicas van al instituto y asisten a la escuela de verano en julio. Mi otro hijo está en el instituto, y yo me estoy planteando regresar a la escuela. Me siento atraída hacia una posible área nueva. [...] Quizá tenga poderes para dedicarme a las curaciones. Hay una gran cantidad de confirmación en mi interior, y quiero hacerlo, pero también tengo miedo a dejarlo. Quiero estar dispuesta a realizar la obra de Dios. Me he inscrito en un cursillo de trastornos en la comunicación. ¿Puedo obtener alguna orientación allí? ¿Está de acuerdo con mi objetivo en la vida?

BARBARA: Por supuesto. Heyoan dice:

* * *

Evidentemente, los trastornos en la comunicación están en la línea de aquello de que hemos estado hablando.

* * *

Problemas con los cordones del séptimo chakra

Los cordones del séptimo chakra, que se conectan también con las esferas más elevadas, representan el poder de estar dentro de la mente divina de Dios en las relaciones con Dios, el universo y otro ser humano. Representan la capacidad de comprender el modelo perfecto de una relación. También representan la capacidad de integrar los mundos fisico y espiritual en las relaciones.

Enfermedades comunes que resultan de los cordones del séptimo chakra dañados:

El deterioro de los cordones del séptimo chakra pueden dar lugar a la depresión, la imposibilidad del desarrollo normal del cuerpo fisico a través del proceso de maduración, dolores de cabeza y trastornos mentales como la esquizofrenia.

Ejemplos de curaciones y sus efectos:

Los cordones del séptimo chakra se conectan con las relaciones que existen en la vida del alma entre sus encarnaciones en formas humanas. Enlazan con nuestro legado espiritual. A veces, ese legado está vinculado a nuestra relación con Dios o con los seres espirituales que son aceptados por las religiones organizadas del mundo, como Cristo, Buda, los ángeles de la guarda y los guías espirituales. Otras veces se conectan con seres presentes en realidades que pueden parecer extravagantes para los que nos hemós criado en el hemisferio occidental.

Los cordones del séptimo chakra tienden a dañarse antes del nacimiento, en el momento de la concepción o en el seno materno. Están siempre relacionados con dificultades a la hora de llevar la conciencia del alma entrante al cuerpo y al proceso de encarnación. Los desperfectos en los cordones del séptimo chakra pueden provocar que quedemos atrapados en nuestro cuerpo sin una conexión espiritual, o bien atrapados en el mundo espiritual sin poder descender por completo al fisico.

Los niños retrasados, por ejemplo, no han podido acceder por completo al interior de su cuerpo, y parecen tener mucho miedo a hacerlo. Yo no he tenido el privilegio de trabajar con personas retrasadas, por lo que no sé si el cuerpo estaba dañado previamente, de suerte que no pudieron entrar en él, o si el cuerpo quedó retrasado porque no estaban dispuestas a acceder a él. Supongo que ambas cosas son posibles. Probablemente, la causa varía según cada caso y, por supuesto, la misión en la vida. Los niños retrasados son grandes maestros, y a veces se ofrecen voluntarios para encarnarse así para ayudar a la familia en cuyo seno nacen. Yo conozco un caso en el que un sanador fue capaz de conducir a un niño retrasado al desarrollo normal durante años de curación con imposición de manos a diario.

Para los que nos consideramos normales, suele haber una razón principal de que no hayamos descendido por completo a nuestro cuerpo y por lo tanto tengamos problemas con los cordones de nuestro séptimo chakra. Usamos la conexión espiritual para escapar de la encarnación y evitar afrontar ahora la vida en la Tierra como seres humanos. Para lograrlo, simplemente nos sacamos la conciencia de la cabeza o «perdemos la cabeza». Esto no es más que una maniobra defensiva inducida por el miedo.

Esta maniobra defensiva es muy popular entre numerosos alumnos de técnicas curativas. Cuando se trabaja con los cordones y se afronta el miedo, esos alumnos comprenden que, puesto que ahora son humanos, su espiritualidad puede percibirse sólo desde la perspectiva de estar dentro de un cuerpo humano. Entonces cambian su vida y empiezan a espiritualizar la materia en lugar de huir de ella.

Un problema interesante con los cordones del séptimo chakra es común entre la gente que cree proceder de otro sistema estelar. Esas personas sienten que en realidad no son seres humanos, sino que han sido obligados a venir aquí desde una civilización avanzada, generalmente externa al sistema solar. Echan de menos su «verdadero» hogar y tienen muchas dificultades para entrar y permanecer en un cuerpo fisico. La EPS revela que los cordones del séptimo chakra de esa gente están vinculados a esos otros sistemas estelares y se conectan con seres altamente evolucionados de civilizaciones avanzadas en planetas de esos sistemas. Esos clientes se autodenominan comúnmente «hijos de las estrellas» y aseguran que no se encarnaron nunca antes como humanos. En tales casos, la curación adopta un sabor distinto. El problema suele ser que esa gente, al negar su conexión con la Tierra, niega también su conexión con el otro lugar. Han arrancado los cordones que les conectaban con el otro sistema, y no obstante pretenden abandonar su cuerpo para regresar a «casa» mediante sus cordones rotos. (Eso no dará resultado.) La consecuencia de esto es que les resulta muy dificil conectarse a cualquier cosa de una manera estable.

De esta forma, pues, se resisten también a la encarnación. Yo he descubierto que el mejor modo de ayudar a esas personas a entrar en su cuerpo y conectarse a la Tierra consiste en reparar esos cordones rotos y reforzar la conexión con el otro sistema estelar. Para conseguirlo, deben conectarse con la parte de ellos que se

ofreció a venir aquí gracias a su amor y energía. Entonces pueden alimentarse por medio de esos cordones. Una vez establecida la conexión completa, esas personas acceden a su cuerpo y proclaman su humanidad, admitiendo incluso la probabilidad de haberse encarnado como seres humanos en el pasado. Al volver a conectar sus cordones estelares, establecen una firme conexión con las estrellas a través de la cual pueden nutrirse.

Esto puede parecer absolutamente ridículo para algunos lectores, pero les recordaré mi consigna: «No preguntes si es real; pregunta sólo si es útil». ¡Funciona! Normalmente, una parte de la canalización que acompaña estas curaciones pretende enseñar a los clientes a percibirse como holográficamente originados fuera del conjunto del universo en lugar de en un planeta de un determinado sistema estelar. Puesto que todos estamos conectados holográficamente a todo, en teoría podemos recordar todas las vidas que se han vivido desde siempre en este planeta, así como en otros, como si las hubiésemos vivido nosotros.

Yo he trabajado con los cordones del séptimo chakra en varias ocasiones. La técnica curativa es la misma que se emplea con todos los demás cordones. Se despejan, se desenredan, se limpian y se vuelven a conectar correctamente.

En un caso, en mi clase, la alumna tenía sus cordones conectados a los seres planetarios de un determinado sistema estelar a través de todos los chakras. En la curación, empecé por el séptimo chakra y fui bajando por el cuerpo para reparar y conectar todos los cordones que había cortado. Más tarde, se sintió mucho mejor y mucho más dentro de su cuerpo de como la había visto antes. En el momento de escribir estas líneas, está mucho más arraigada a su cuerpo, sorprendida del goce que esto le aporta, y bastante más segura en su cuerpo.

En otra ocasión trabajé con los cordones dañados del séptimo chakra para curar a un cliente deprimido. Antes de la serie de sesiones curativas, el hombre se sentía conectado con los otros humanos, pero experimentaba la vida como un paso finito y más bien absurdo a ninguna parte. No sentía la conexión con Dios. Como consecuencia de ello, estaba deprimido. Tras dedicar varias sesiones a reparar esos cordones, el cliente empezó a experimentar una sensación de conexión con todo lo que existe, incluido lo divino. Su depresión se esfumó, y empezó a gozar de la vida en un nivel de significación más profundo. Empezó a tomar decisiones sobre cómo quería gastar su tiempo y, a la larga, su vida cambió en gran medida. Cambió de actitud ante el trabajo. Anteriormente había sido contable; ahora optó por hacerse terapeuta profesional, especializándose en ayudar a la gente a comprender los aspectos a gran escala de su vida, con el fin de ayudarles a averiguar lo que querían hacer con ella.

Al concluir este capítulo y revisar la información compilada en él, me sorprendo de lo importantes que son todas nuestras relaciones pasadas y presentes en nuestra salud y curación, así como en nuestro desarrollo personal. Comoquiera que ahora está de moda decir que cada uno crea su propia realidad, se ha producido en muchos grupos un cambio de orientación hacia el aislamiento para trabajar en este aspecto. Parece ser que algunas personas trabajan en «cómo creo mi propia realidad» aisladas de todos los demás. Pero de hecho, hablando en términos holísticos, nuestra realidad está estrechamente ligada a los demás a través de nuestras interacciones y conexiones aurales, a través de la historia de nuestras relaciones anteriores y a través de nuestros cordones genéticos. Somos el producto de millones de años de desarrollo evolutivo del cuerpo fisico, así como de las conexiones aurales. Sin duda, también nuestros cordones aurales se desarrollan en el tiempo evolutivo, puesto que evolucionamos contantemente en nuestra capacidad de relación.

Sabemos que creamos nuestra propia experiencia de la realidad, pero ¿quién es el «nosotros» o «yo» que crea? Probablemente, el mejor contexto práctico en el que trabajar con el concepto de crear la propia realidad en la tarea de autotransformación y curación es que lo *que nos hace enfermar no son nuestras relaciones por sí mismas, sino nuestras reacciones energéticas y psicológicas a esas relaciones.* Ninguna de esas interacciones aurales podría ocurrir sin un acuerdo entre las personas implicadas, aunque por norma general son automáticas e inconscientes.

Nuestras interacciones negativas respecto a las relaciones dan como resultado ciclos curativos en los que nos reflejamos más sobre nosotros mismos y por tanto pasamos por un proceso de individualización que, como afirmé al principio de este capítulo, es el objetivo prioritario de la experiencia vital en el cuarto nivel del campo.

Así pues, desde una perspectiva amplia, el desarrollo personal o la individualización mediante el proceso de encarnación da resultado. Las enfermedades que son consecuencia de nuestras reacciones negativas a la relación nos ayudan a distinguir quiénes somos de quiénes no somos. Las relaciones acertadas nos enseñan quiénes somos, aun cuando sean dificiles y comporten enfermedades. Si no crecemos al aprender sobre nosotros mismos en una relación, entonces ésta no será acertada.

Esto no implica que las personas deban anclarse en relaciones dolorosas. En tales casos, una parte del aprendizaje suele consistir en descubrir qué es lo que merecemos y poder crear así una situación mucho mejor en la vida.

Cuanto más nos conozcamos y curemos nuestra codependencia, más podremos aprender sobre nosotros en el transcurso de una relación feliz, fluida y tranquila. Cuanto más nos individualicemos, más interdependencia adquiriremos.

Capítulo 15
OBSERVACIONES DE LAS INTERACCIONES DURANTE LAS RELACIONES

El amor se crea cuando nos unimos, nos fundimos en comunión y luego nos separamos. Los efectos son inmediatamente positivos, y experimentamos más dicha en nuestra vida. Cuando nos unimos y chocamos, damos origen a enseñanzas de la vida o ciclos curativos que pueden experimentarse negativamente. Pero, tarde o temprano, una vez que se aprenden las lecciones o se concluyen las curaciones, nos devuelven a lo positivo. Todo esto se demuestra en las interacciones del campo aural.

Nos servimos de las tres formas principales de influir en el campo de los demás que hemos visto en el capítulo 14. Algunas de esas formas son positivas; otras son negativas. En las interacciones positivas, nos sentimos a gusto. Establecemos relaciones positivas con la gente a través de los cordones de los chakras. Intercambiamos energía positiva con los demás a través de nuestros flujos bioplasmáticos. Captamos las vibraciones ajenas y nos aportamos claridad y luminosidad mutuamente a través de la inducción armónica. Nos aceptamos unos a otros tal como somos y no tratamos de manipularnos en interés propio. En esas interacciones positivas, no dejamos que los demás nos maltraten. Permanecemos concentrados en nosotros mismos y nos comunicamos bien.

Interacciones aurales negativas en las relaciones

También tenemos formas habituales negativas de interactuar y manipularnos mutuamente mediante nuestro campo. Generalmente, hacemos esto por miedo e ignorancia. Normalmente no somos conscientes de que lo hacemos. Tratamos de conseguir que el campo de otra persona vibre como el nuestro mediante la inducción armónica porque no nos sentimos a gusto con sus vibraciones. Atraemos y rechazamos los campos ajenos por medio de los flujos bioplasmáticos de energía que fluyen en la relación, o bien interrumpimos el flujo bioenergético. Utilizamos los cordones que nos conectan para conseguir lo que queremos. Tratamos de engancharnos o enlazarnos con ellos. Todas estas interacciones aurales suelen ser inconscientes e invisibles para la mayoría de la gente, pero cualquiera puede aprender a tomar conciencia de ellas y a sentirlas desarrollando la Elevada Percepción Sensorial.

En realidad, sólo empleamos cuatro modalidades de flujo energético en esas interacciones: rechazamos, atraemos, interrumpimos o permitimos el flujo de energía. Si una persona tira de él, la otra persona podría tirar a su vez o interrumpir el flujo de energía por completo. Si una empuja, la otra podría empujar a su vez o frenarse en seco.

Una relación íntima típica podría discurrir como sigue: ella quiere amor de él, y trata de arrebatárselo. Él quiere que le dejen en paz y le envía un potente chorro de energía para que ella se vaya. O bien puede limitarse a detener su campo y no responder, para que nada de lo que ella haga le influya.

Piense en cómo interactúa usted con los demás. Por ejemplo, cuando alguien le manda energía, ¿la rechaza? ¿Atrae esa energía hacia sí? ¿La para en seco, o desea y permite que la energía fluya en su interior conforme se la envían? La mayoría de nosotros detenemos o rechazamos el flujo energético.

Todos hemos establecido algunas maneras más bien convencionales de interactuar con los demás a través del campo energético. Las interacciones energéticas convencionales corresponden a los pactos o contratos mutuos que todos suscribimos con los demás y que se han descrito en el capítulo 13. Hacemos esto de un modo inconsciente y habitual. A veces funciona y a veces no. La forma en que determinadas personas utilizan su campo para interactuar con nosotros nos resulta cómoda, y la forma en que lo hacen otras nos es incómoda. Todas nuestras interacciones habituales son en realidad sistemas de defensa del campo energético que utilizamos para protegernos de un mundo que imaginamos peligroso. A veces somos capaces de «soportar» el sistema de defensa de alguien, y en otras ocasiones somos muy intolerantes al respecto.

Cuando no aprendemos a soportar las acciones energéticas negativas de alguien de una forma curativa positiva, puede iniciarse un ciclo de retroalimentación negativa. Cada persona puede incrementar su distorsión defensiva hasta que la imaginación y la proyección se adueñan de la situación por completo. En tales casos, pueden producirse interacciones muy dolorosas y perjudiciales. Esto ocurre en un nivel personal, entre dos personas; ocurre entre grupos de personas; y sucede entre naciones, muchas veces dando lugar a una guerra. Si logramos aprender a evitarlo en el nivel personal, con el tiempo sabremos cómo evitarlo a nivel nacional.

Las interacciones violentas y muy negativas pueden hacer estragos en el campo aural y obligar a las personas implicadas a recuperarse posteriormente de ellas. Una parte de esa recuperación se produce automáticamente, como cuando el cuerpo se repara solo. Algunas lesiones aurales y cicatrices psíquicas pueden persistir en el campo aural durante toda una vida o incluso pueden transmitirse a otras vidas futuras, según lo profundas que sean. Las heridas permanecen en el campo tanto tiempo porque por lo general las personas evitan experimentarlas directamente, pero las encierran más profundamente en el campo y luego las entierran con un bloqueo de energía. Este tipo de heridas profundas son consecuencia de una interacción extremadamente violenta o de interacciones negativas que se repiten habitualmente. Todas esas lesiones pueden sanarse mediante la curación por imposición de manos y el proceso personal.

Según mis observaciones del campo aural durante veinte años, todas las heridas profundas se originan a partir de interacciones relacionales negativas que ocurrieron en esta vida o en una vida anterior, que se trans-

miten a la siguiente experiencia vital. O bien se originan a partir de alguna clase de trauma fisico, como un desastre natural o una lesión accidental. Además de eso, he podido rastrear la mayoría de lesiones accidentales de mis clientes hasta una reacción diferida a una interacción abrupta con otra persona. Las interacciones positivas son fundamentales para la salud; las negativas provocan enfermedades o lesiones.

Hace poco, en un taller, realicé una demostración curativa con una joven alemana. Me fijé en que se había lesionado la rodilla izquierda unos años antes. Mediante la visión interna, pude ver que uno de los ligamentos que se entrecruzan por debajo de la rótula estaba un poco salido y desgarrado, lo cual lo debilitaba. Mientras trabajaba con el ligamento, retrocedí en el tiempo para saber cómo se había lesionado. Gracias a la EPS, vi a la joven montada en bicicleta. Se topó con un objeto bajo y salió despedida de cabeza por encima del lado derecho del manillar. Sin embargo, el motivo por el que no había visto el objeto era que estaba preocupada por una discusión que había tenido con un muchacho hacía poco tiempo. El día siguiente a la curación, la chica confirmó la información a la que yo había accedido mediante la EPS.

Puesto que toda enfermedad está vinculada a una experiencia relaciona) negativa, es de suma importancia que aprendamos a interactuar unos con otros de formas saludables y curativas. En este capítulo comentaré algunas formas típicas de sistemas de defensa energética y las maneras negativas típicas en que reaccionamos que acaban por causarnos problemas en el campo energético y en la salud. Luego presentaré formas positivas de responder a los mismos sistemas de defensa energética que proporcionan salud a todo el mundo.

Un marco en el que resolver las interacciones energéticas negativas

Como marco en el que organizar el material y describir los sistemas de defensa energética típicos que todos utilizamos habitualmente hasta cierto punto, me serviré de las cinco estructuras de carácter básicas y convencionales que se emplean en el estudio de la bioenergética. Comprobará que algunos de esos modelos de defensa energética son muy similares al suyo, y otros no tanto. Es probable que se identifique hasta cierto punto con cada uno de ellos.

«Estructura de carácter» es una expresión que usan muchos psicoterapeutas corporales para describir determinadas tipologías fisicas y psicológicas en las personas. Aunque heredamos nuestro aspecto fisico genéticamente, la manera de desarrollarse el cuerpo fisico depende de nuestras circunstancias en la infancia. Las personas con experiencias infantiles y relaciones padres-hijos similares presentan cuerpos parecidos. Las personas con cuerpos parecidos tienen una dinámica psicológica básica semejante. Esa dinámica depende no sólo del tipo de relaciones padres-hijos, sino también de la edad a la que el niño comenzó a experimentar la vida de un modo tan traumático que empezó a bloquear sus sentimientos. Para hacer esto, los niños empiezan a bloquear el flujo energético a través de su campo aural y comienzan a desarrollar un sistema de defensa que será habitual durante el resto de su vida. Un trauma experimentado en el seno materno será bloqueado o combatido energéticamente de un modo muy distinto a un trauma sufrido en la fase oral del crecimiento, en la fase de aprendizaje del control de las necesidades fisiológicas o en el estado latente. Es natural, por cuanto los individuos y sus campos son muy distintos en las diversas etapas de la vida.

Desde mi perspectiva, las circunstancias y experiencias de nuestra infancia vienen determinadas por los sistemas de creencias que acarreamos de las experiencias en vidas anteriores, así como por las experiencias de la vida en otros planos de la realidad. Los sucesos de la vida son efectos de causas que hemos puesto en marcha mucho antes de nacer en nuestro cuerpo fisico actual. Hay quien llama a esto «karma», y «mal karma» al castigo que recibimos por lo que hemos hecho. Pero el karma no es castigo. Es la ley de la causa-efecto llevada a la práctica. No es más que las circunstancias o sucesos de la vida con que nos topamos como consecuencia de nuestras acciones en el pasado.

El modo en que nos afectan esos efectos se basa por completo en cómo los experimentamos a través de nuestros sistemas de imágenes y creencias. Acarreamos las tendencias hacia determinados sistemas de imágenes y creencias de una vida a otra hasta que, gracias a la experiencia, podemos identificarlos y curarlos. Cada vez que esos sucesos nos acosan, tenemos la oportunidad de aprender a remediarlos. Si poseemos sistemas de imágenes y creencias negativos sobre una determinada serie de circunstancias, las experimentaremos de una forma terriblemente dolorosa. Incluso podríamos interpretarlas como un castigo por algo que creemos que hemos hecho. Puesto que no podemos recordar haber hecho nada especialmente malo en esta vida, quizá se remonta a un pasado lejano.

Si no tenemos una creencia negativa sobre algo, el hecho de que ocurra no nos infunde la autocrítica y un dolor debilitador. Por supuesto que hay dolor, pero no llega a debilitarnos.

Heyoan afirma que estamos aquí, en la Tierra, porque así lo hemos decidido. No tenemos por qué estar aquí. Dice que podemos marcharnos en el momento que queramos. No existen prejuicios sobre esto.

La única razón de que experimentemos un determinado suceso como un castigo es porque nuestro sistema de creencias nos dice que es un castigo. Así, por ejemplo, yo he oído decir a muchas personas que no se permiten usar su poder que en el pasado abusaron del poder, y ahora están castigadas a no detentarlo. Podría ser muy bien que abusaran del poder en el pasado y que se les presenten determinados sucesos como consecuencia de ello. Pero esos sucesos son precisamente lo que necesitan para aprender a utilizar el poder de un modo correcto. El universo es demasiado eficiente y equilibrado como para usar el castigo. En cambio, aporta las enseñanzas justas que precisamos para satisfacer nuestras necesidades.

Así pues, la estructura de carácter es el modelo de distorsión del campo energético y de desequilibrio en nuestra forma física que se deriva de nuestros sistemas de imágenes y creencias negativos, los cuales hemos conservado probablemente a lo largo de múltiples vidas. En otras palabras, la estructura de carácter es el efecto de nuestras creencias e imágenes negativas en nuestra psique, nuestro campo aural y nuestro cuerpo fisico. No fueron nuestros padres quienes nos la transmitieron. Las circunstancias y relaciones en la infancia sirven para aportar y cristalizar las imágenes y creencias negativas que hemos traído con nosotros para curarlas. Es por ello que elegimos esos padres y esas circunstancias en primera instancia.

Las cinco estructuras de carácter principales que se usan en la bioenergética se denominan carácter esquizoide, oral, desplazado o psicópata, masoquista y rígido. Estos términos no significan lo mismo que la terminología freudiana convencional. Evolucionaron de los términos acuñados por el doctor Alexander Lowen, quien estudió con el doctor Wilhelm Reich, un discípulo de Freud. Tras estudiar la psicología freudiana, estos innovadores procedieron a estudiar la relación entre la psicología freudiana, el cuerpo fisico y su bioenergía. De ahí resultaron los nuevos términos. En mi libro *Manos que curan* se describe la estructura del campo aural de cada una de las cinco estructuras de carácter principales, así como el desarrollo del campo aural en diversas fases del crecimiento. Aquí me concentraré en nuevos enfoques de cada estructura de carácter y del sistema de defensa energética utilizado por cada estructura.

¿Qué se entiende por «estructuras de carácter»? Muchas veces, las personas que las estudian empiezan a definirse según el carácter. Alguien podría decir: «Soy un esquizoide» o «Soy una rígida». Hay quien incluso se enorgullece de esas definiciones personales. Así pues, lo primero que debo decir es que la estructura de carácter no le ayudará a definir quién es. Más bien es un mapa de carreteras de quién no es. En múltiples ocasiones, es de hecho quien usted teme ser. La estructura de carácter le muestra cómo impide la expresión de la esencia de quién es usted. Describe la forma en que usted distorsiona quién es. Le enseña cómo usted no está siendo quien es en realidad. Cada estructura de carácter posee una pauta de defensa que distorsiona quién es usted y luego expresa quién es de un modo distorsionado.

Esta expresión es inmediata. Ocurre tan rápido en el nivel energético que no podemos detenerla con sólo decidiéndolo mentalmente. Reaccionaremos según nuestro sistema de defensa habitual cuando nos veamos sometidos a un cierto grado de presión. No olvide que nuestra defensa de carácter se forjó cuando éramos muy jóvenes. Nos ha resultado muy útil para defendernos en situaciones en las que no pudimos encontrar otra forma de manejarlas cuando éramos muy jóvenes. Nos ha sido de gran utilidad para todos. Aún protege al niño vulnerable que llevamos dentro del mundo hostil que creamos para nosotros a partir de nuestros sistemas de creencias e imágenes negativos. No obstante, también contribuye a la creación de ese mundo hostil, porque actúa como si nuestras creencias negativas sobre la realidad fuesen ciertas, atrayendo así hacia nosotros las experiencias vitales negativas en las que creemos.

Una defensa de estructura de carácter es consecuencia de sentirse inseguro. Es el resultado de algún tipo de miedo. Cada defensa de carácter tiene un problema básico vinculado a un miedo específico. La defensa energética es una respuesta a ese miedo específico. Las debilidades en el campo aural y el cuerpo fisico son una consecuencia directa de la distorsión habitual provocada por la defensa energética. Mediante nuestras acciones defensivas, cada carácter crea una forma de vivir que propicia a su vez experiencias vitales que verifican que el miedo es lícito. La forma de vivir de cada defensa de carácter genera además una relación negativa específica con el tiempo. Cada defensa de carácter distorsiona la relación con la esencia interna. Cada defensa de carácter posee una necesidad humana fisica concreta así como una espiritual. Ambas deben ser satisfechas para contribuir a la curación.

Los distintos aspectos defensivos de cada estructura de carácter se muestran en la figura 15-1. Comentaremos cada aspecto cuando describamos cada tipo de defensa de carácter. Exploraremos cómo se puede conseguir que cada persona se sienta segura en una interacción que conducirá luego a una sensación de seguridad más permanente y aportará una curación de las distorsiones defensivas habituales que causan tantos traumas psicológicos y fisicos en la vida. Recuerde que el objetivo de una respuesta curativa positiva a una defensa consiste en ayudarle a regresar a la realidad y la comunión lo antes posible. Las personas dotadas de defensas de estructura de carácter le exigirán que coincida con su visión distorsionada del mundo. Si lo hace, no hará más que reforzar su defensa. Asimismo, es importante no dejar que nadie se aproveche de usted mediante su defensa, porque esto contribuye también a reforzar esa defensa e incita a esas personas a conservar la ilusión de una visión distorsionada del mundo.

Comprobará que todas estas pautas de defensa aurales tienen lugar a su alrededor, en sí mismo y en sus relaciones íntimas. Probablemente utilizará defensas distintas en situaciones diversas. Observará que usted y sus amigos emplean una combinación de defensas. Puede calcular hasta qué punto utiliza cada una en una escala de porcentaje. Así, por ejemplo, podría usar un 30 % de defensa esquizoide, un 10 % de oral, un 5 % de psicópata, un 15 % de masoquista y un 40 % de rígida. Esto significa que mantiene dentro de usted los problemas principales de cada estructura de carácter en esas proporciones.

Pasará también por distintas fases de la vida en las que se sorprenderá afrontando los problemas principales de una estructura de carácter concreta. Será en esas épocas cuando se servirá de esa defensa más a menudo. Luego, al cabo de algún tiempo, se enfrentará al problema de una estructura de carácter distinta. Esto es absolutamente normal. Generalmente, el tipo de defensa de carácter que usamos viene a ser el mismo en el transcurso de nuestra vida, pero lo utilizamos con mucha menor frecuencia, con mucha menos contundencia, y

se suaviza hasta el punto de que expresamos más quiénes somos en realidad. Conviene tener en cuenta que esas defensas son utilizadas tanto por hombres como por mujeres.

El sistema de defensa del carácter esquizoide

El problema principal de la defensa esquizoide

El problema principal de quienes emplean una defensa esquizoide reside en un terror existencial. Los individuos esquizoides probablemente han pasado muchas vidas sometidos al dolor fisico y al trauma, y generalmente han experimentado la muerte por tortura por el hecho de tener determinadas creencias espirituales. La manera en que los individuos esquizoides afrontaron la tortura consistió en hallar formas de escapar del cuerpo. Con un pasado semejante, ahora creen que vivir dentro de un cuerpo físico es una experiencia peligrosa y aterradora. Debido a su pasado, no están demasiado interesados en regresar a la Tierra. No querrán un excesivo contacto con otros seres humanos. Experimentarán una hostilidad directa de éstos. Y así es como experimentan a los demás en ocasiones, por muy distintos que sean en realidad. Ya están programados para experimentar a los demás de esa manera. Por ejemplo, si una madre se irrita por algo que no tiene nada que ver con sus hijos y les observa en la cuna, éstos experimentarán su ira como una amenaza dirigida personalmente a ellos y se sentirán atacados. En la situación real, la madre quizá estaba irritada con el carpintero por haberle cobrado demasiado.

Figura 15-1: Aspectos defensivos de las estructuras de carácter

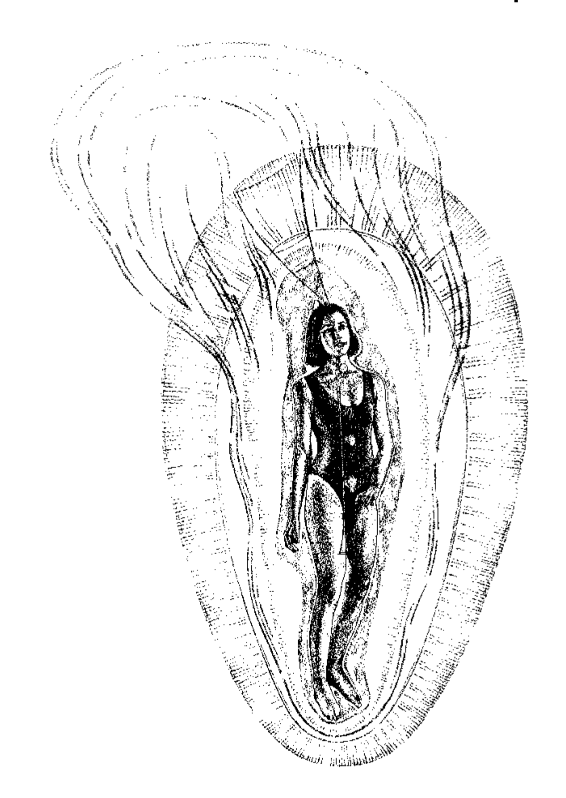
	Esquizoide	Oral	Psicópata	Masoquista	Rígido
Problema principal	Terror existencial	Nutrición	Traición	Invasión y robo	Autenticidad; negación del verdadero ser
Miedo	Vivir en el cuerpo humano como individuo	No tener suficiente en nada	Dejarse ir y confiar	Ser controlado; perder el propio ser	Imperfección
Experiencia	Agresión directa	Falta de nutrición; abandono	Fue utilizado y traicionado	Invadido: humillado	Negación de la realidad psicológica y espiritual
Acción defensiva	Abandona el cuerpo	Absorbe vida	Controla a los demás	Exige y se resiste a la vez	Actúa por conveniencia en vez de con autenticidad
Consecuencias de la acción defensiva	Cuerpo más débil	Incapacidad de metabolizar energía propia	Atrae la agresión y la traición hacia sí	Dependencia; incapacidad de distinguir entre sí mismo y los demás	Incapacidad de experimentarse a sí mismo; el mundo es falso
Relación con la esencia interna	Puede experimentar una esencia unificadora; teme la esencia individualizada	Experimenta la esencia individualizada como insuficiente	Teme que la esencia sea mala o cruel	La esencia individualizada no se diferencia de la de los demás	No experimenta la esencia individualizada: no existe
Necesidad humana	Individualizarse; rendirse a ser humano	Nutrirse; saber que el propio ser es suficiente	Confiar en los demás, cometer errores y sentirse seguro	Liberarse para sentirse y expresarse	Incorporarse a la vida; sentir el ser real
Necesidad espiritual	Experimentar la esencia individualizada	Experimentar la esencia individualizada como una fuente interna infinita	Identificar y respetar la esencia interna y la voluntad suprema de los demás	Identificar la esencia interna como propia y reclamar a Dios dentro de sí mismo	Experimentar la esencia unificadora e individual en sí mismo
Distorsión termporal	Experimenta el tiempo universal; es incapaz de experimentar el tiempo lineal o estar en el ahora en el mundo físico	Nunca tiene suficiente tiempo	Se precipita en el futuro	Experimenta el desarrollo del tiempo como interrumpido	Experimenta el avance del tiempo como constante, rígido y mecánico

Por otro lado, la elección de los padres por parte de estos individuos reflejará, en cierto modo, su creencia de que los seres humanos son peligrosos. Algunos padres se enfurecen con sus hijos, y algunos incluso abusan

de ellos. Lo que en último término formula la defensa del carácter esquizoide es la forma en que el niño experimenta la realidad, no necesariamente los hechos de una situación, aunque por lo general una y otros son muy similares.

En cualquier caso, la gente dotada de una defensa de carácter esquizoide tiene miedo a los demás y le cuesta mucho conectarse con ellos. Las conexiones de los cordones del tercer y cuarto chakras con sus padres no se formaron de un modo saludable, por lo que no disponen de ningún modelo con el que conectarse a los demás. Estas personas tienen miedo a encarnarse por completo; es decir, tienen miedo a arraigar la conciencia y la energía firmemente en su cuerpo fisico.

Figura 15-2: La defensa aural del carácter esquizoide



La acción defensiva que adopta el carácter esquizoide contra el miedo

La acción defensiva que los individuos esquizoides adoptan contra el miedo consiste en abandonar el cuerpo fisico. Han encontrado una forma de dividir y más tarde deformar la energía-conciencia para que una gran parte de ella se escape por arriba. Por lo general, la hacen salir por un lado de la parte superior o posterior de la cabeza. Comoquiera que hacen esto reiteradamente desde la más tierna infancia, a veces incluso antes de nacer, provocan deformaciones habituales en el cuerpo energético, que se desequilibra y no desarrolla nunca un límite exterior consistente para el aura. El cascarón del séptimo nivel es muy frágil.

Los efectos negativos de la acción defensiva esquizoide

Como consecuencia de esas acciones defensivas, los individuos esquizoides sienten el mundo fisico como un lugar aún más inseguro. Los individuos esquizoides poseen unos límites muy frágiles, que pueden ser fácilmente penetrados por los demás. Su cuerpo fisico sigue las distorsiones del campo energético, hasta el punto de que probablemente acaba por contraer una deformación de la columna vertebral que lo debilita. Es probable que los niveles inferiores de su campo aural no sean fuertes ni estén desarrollados, lo que da lugar a un cuerpo muy débil y sensible. Así, con el tiempo, su acción defensiva no hace más que empeorar las cosas. Contribuye a propiciar experiencias vitales que les demuestran que la vida en el cuerpo fisico es peligrosa, ya que son tan sensibles y vulnerables. De modo que incurren en un círculo vicioso.

Con el fin de evitar la encarnación en el mundo fisico, que tanto temen, las personas que utilizan la defensa esquizoide pasan el máximo tiempo posible en los dominios espirituales superiores en un estado difuso de unidad en el que no experimentan su individualidad. Como hemos dicho antes, la vida en el mundo fisico nos sirve de espejo o imagen reflejada, para que podamos aprender a reconocer la divinidad individualizada que llevamos dentro. Así, la gente que emplea la defensa esquizoide evita el proceso individualizador de la encarnación a través del cual podría identificar su núcleo.

En consecuencia, se conocen a sí mismos como todo lo que es, pero no conocen al Dios individualizado que tienen dentro. Puesto que pasan tanto tiempo en los dominios más elevados, se relacionan con el tiempo tal como es allí. En esos dominios, el tiempo se experimenta como todo el tiempo a la vez. De modo que los indi-

viduos esquizoides no experimentan el momento del tiempo que es ahora; tampoco experimentan el tiempo como lineal. Entienden que su hogar reside en todo el tiempo. Esto les resulta fácil de experimentar. La figura 15-2 ilustra la defensa energética esquizoide del abandono.

Cómo saber si las personas utilizan una defensa esquizoide

Resulta fácil determinar cuándo las personas utilizan activamente la defensa esquizoide del abandono porque ponen los ojos en blanco. No están dentro de su cuerpo. También podrá percibir el miedo que las rodea. Puede que advierta una distorsión en su postura corporal.

Las necesidades humanas y espirituales de las personas con una defensa esquizoide

Tales personas necesitan sentirse seguras en el mundo fisico en la Tierra. También deben aprender a conectarse con la gente en las relaciones humanas. Deben aprender a vivir en el tiempo presente, con un pasado y un futuro. A nivel espiritual, necesitan saber que existe un Dios en su interior y que ese Dios interno es la esencia divina única de cada persona.

¿Cuál es su reacción negativa a la defensa esquizoide?

Exploremos cuál podría ser su reacción negativa ante la gente que se defiende de esta forma.

¿Qué hace usted cuando interactúa con un individuo esquizoide que le abandona? ¿Se enfada porque no le presta atención y le exige un mayor gasto de energía? Si es así, esa persona se asustará todavía más y se alejará más de usted. La próxima vez le resultará más dificil acceder a ella. La figura 15-3 muestra lo que podría ocurrir en su campo cuando usted se enfada y empuja, y lo que hace el individuo esquizoide en respuesta a su ira.

¿Reacciona usted sintiéndose abandonado y aferrándose a esa persona? ¿Tira de ella? Si es así, el otro se alejará más. ¿Qué hará usted entonces? ¿Tirar más fuerte? La figura 15-4 ilustra lo que usted hace cuando se aferra y tira, y lo que hace el individuo esquizoide en respuesta a ello.

¿Se frena e interrumpe su flujo energético? Cuando se para, ¿tiende a sumirse en las profundidades de su ser interno? Así, el individuo esquizoide está lejos, en el exterior, mientras que usted está lejos en su interior. ¿Se echan de menos los dos cuando esto sucede? ¿O sigue usted presente mientras está parado y se limita a esperar? ¿Tal vez exige con impaciencia que el otro se apresure a volver? No lo hará. Observe los resultados de esta situación en la figura 15-5.

Figura 15-3: La defensa esquizoide y una reacción de empuje

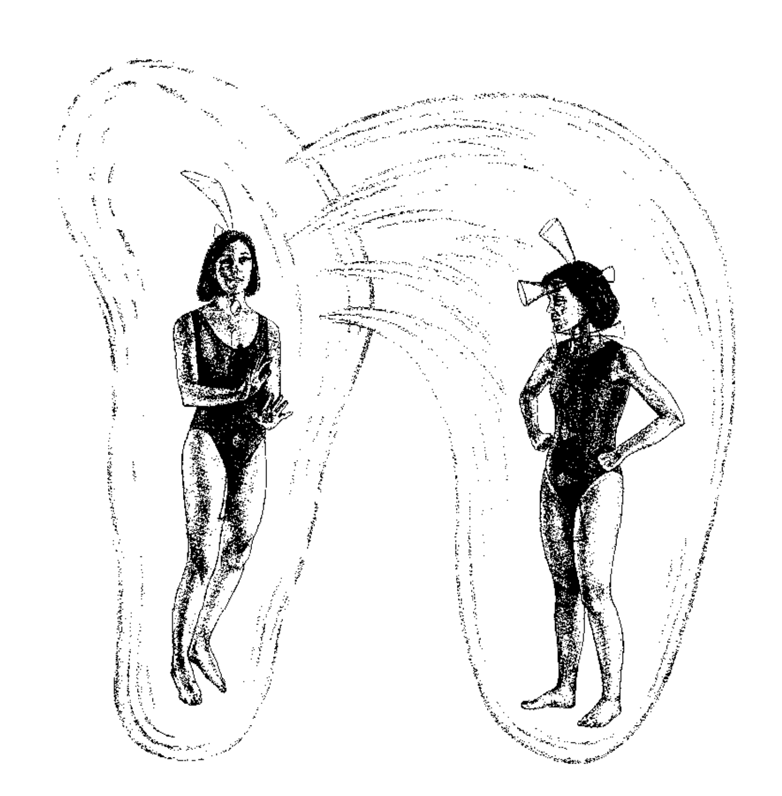


Figura 15-4: La defensa esquizoide y una reacción de tracción

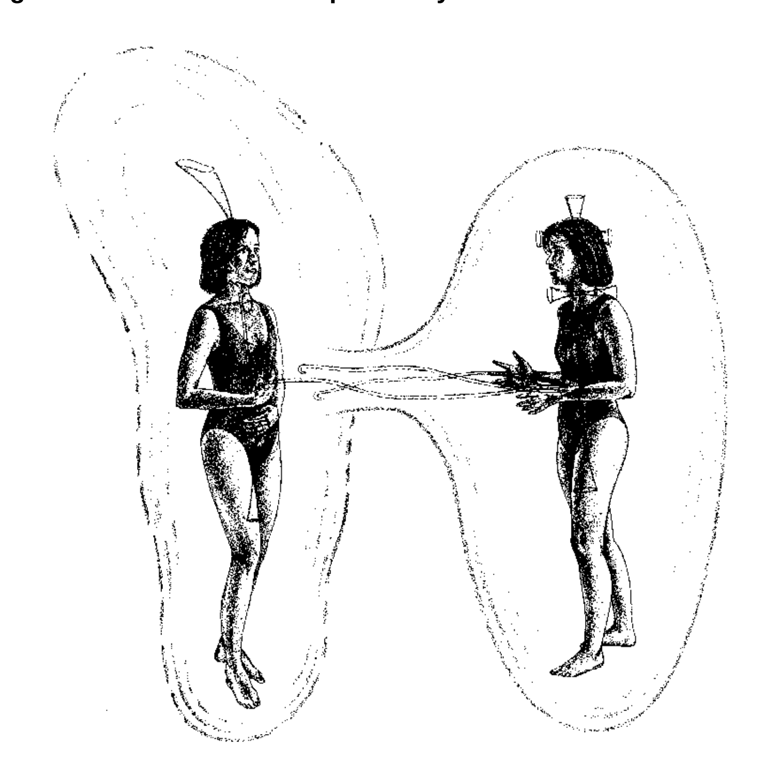


Figura 15-5: La defensa esquizoide y una reacción de freno

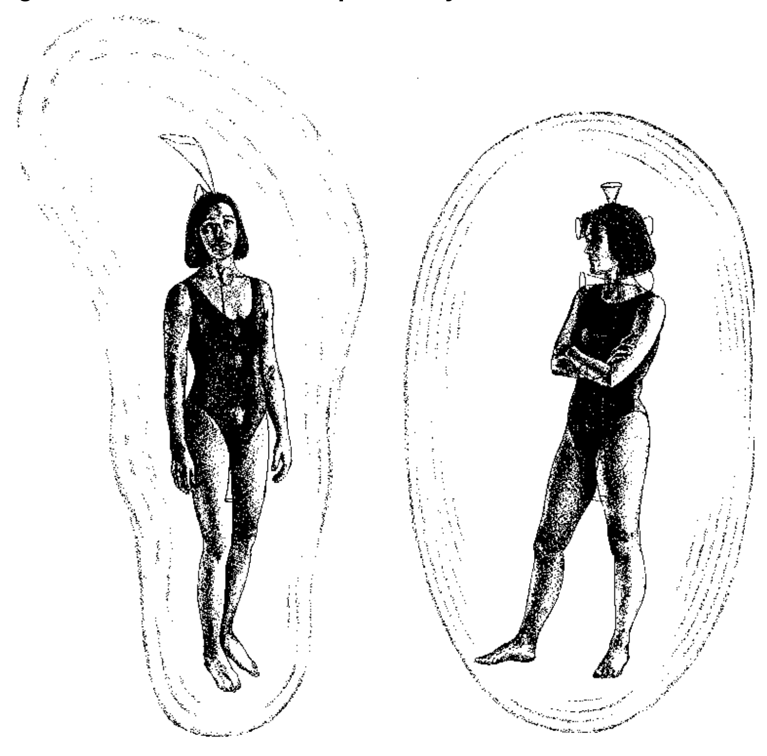


Figura 14-1.
Los campos aurales de una pareja enamorada

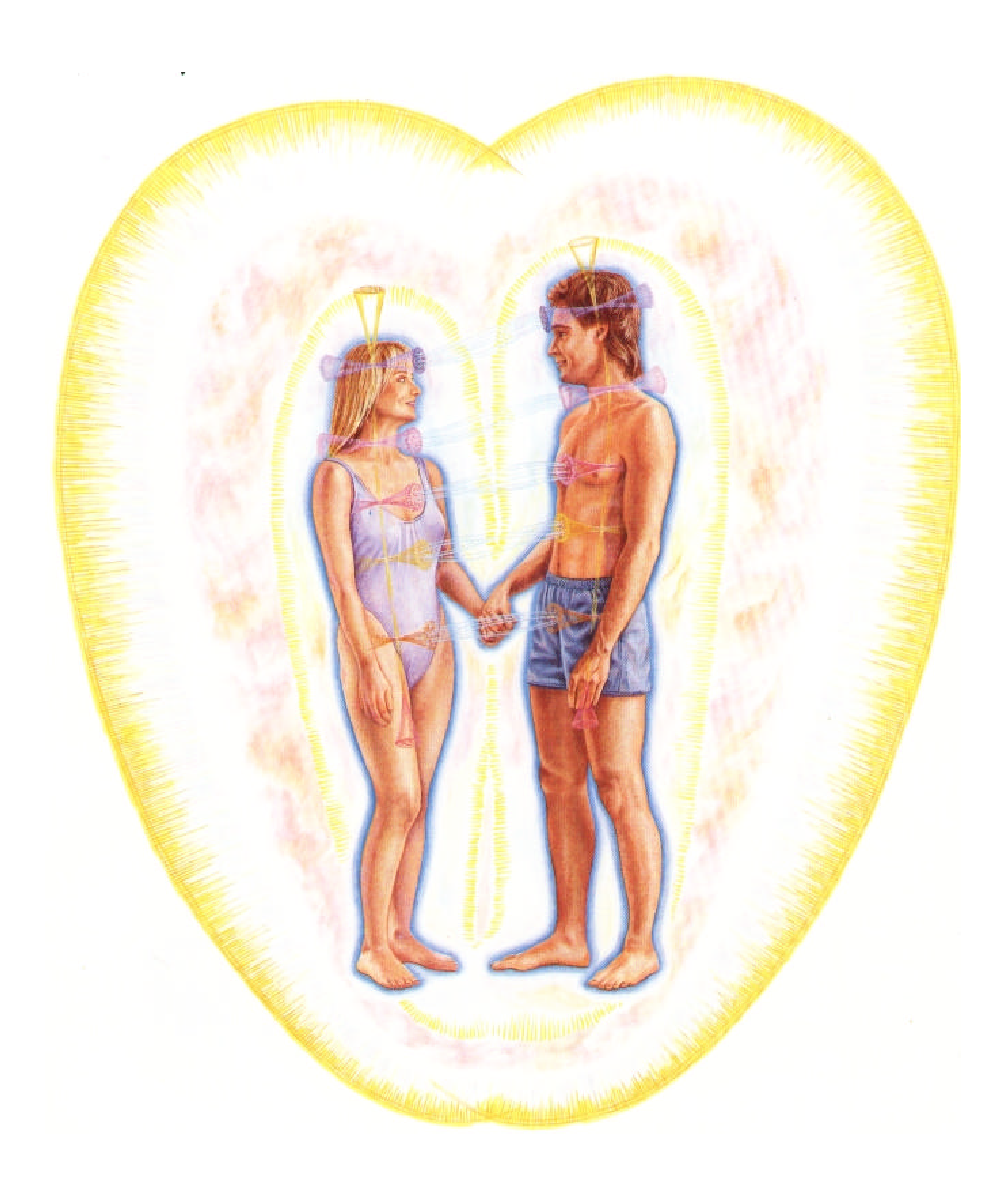


Figura 15-8
Una respuesta curativa a la defensa esquizoide

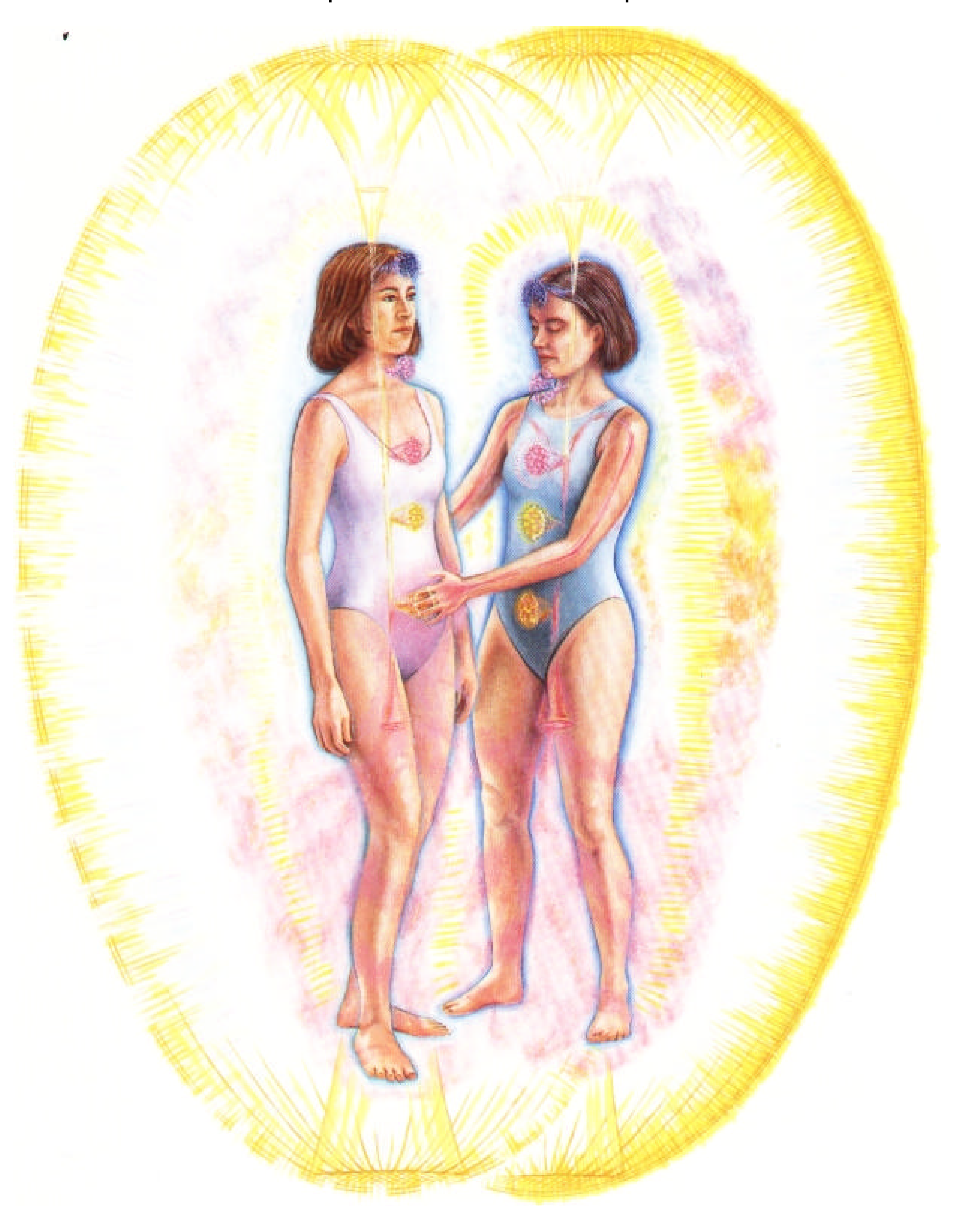


Figura 15-5.
Una respuesta curativa a la defensa oral


Figura 15-15.
Una respuesta curativa
a la defensa oral.

Figura 15-22
Una respuesta curativa a la defensa psicópata



Figura 15-29: Una respuesta curativa a la defensa masoquista

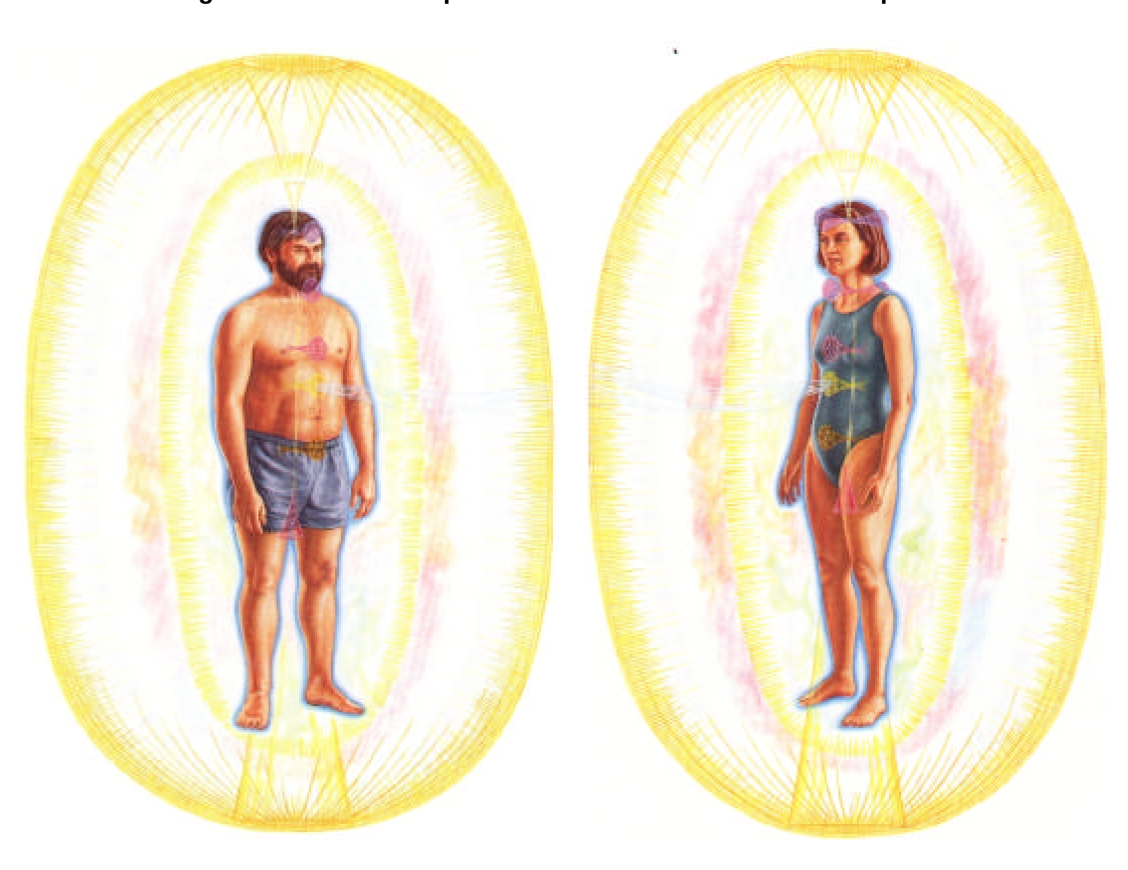


Figura 15-36.
Una respuesta curativa a la defensa rígida



Figura 15-39.
El campo aural de una pareja en comunicación sincrónica



Figura 17-1
El hara de una persona sana

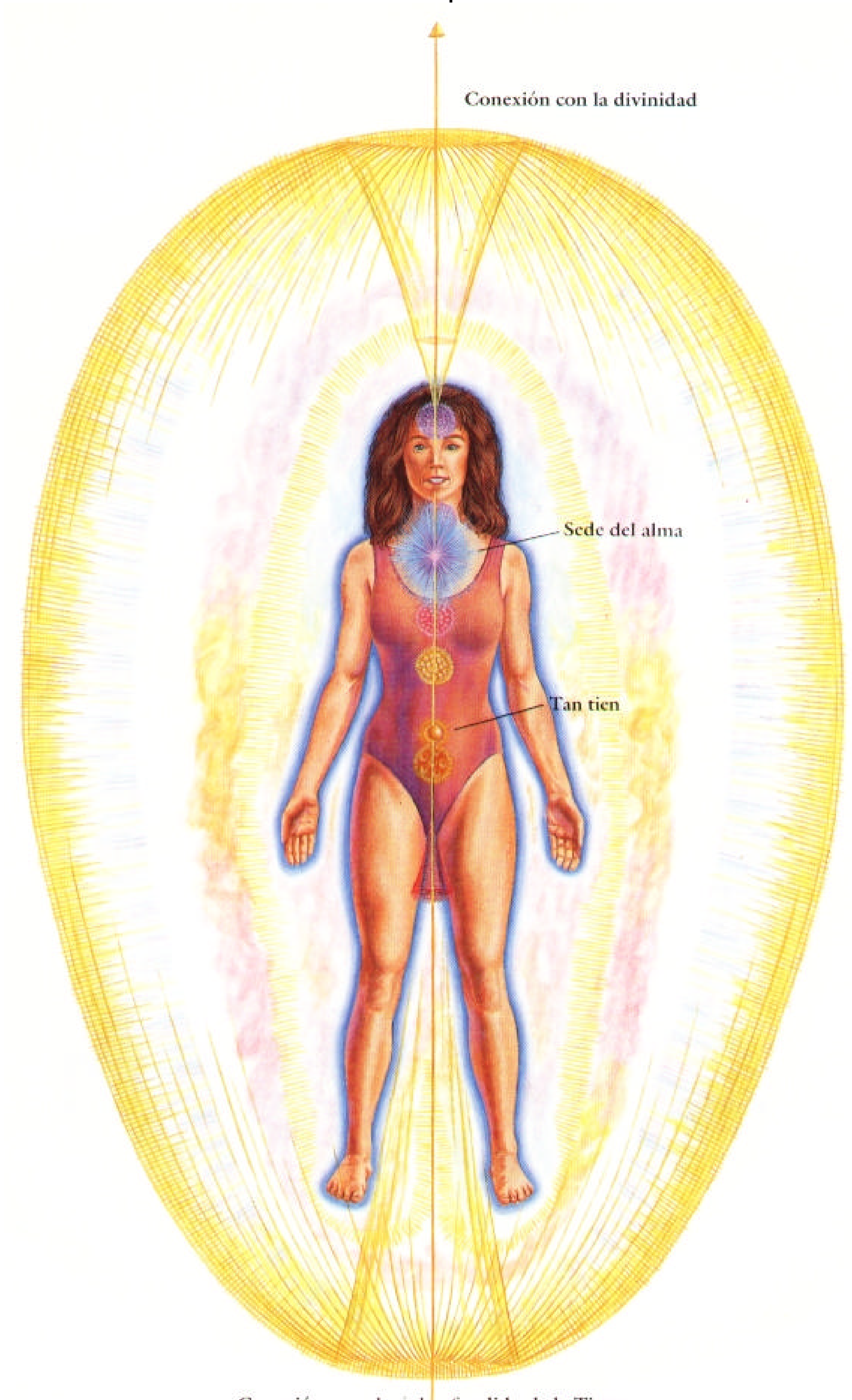
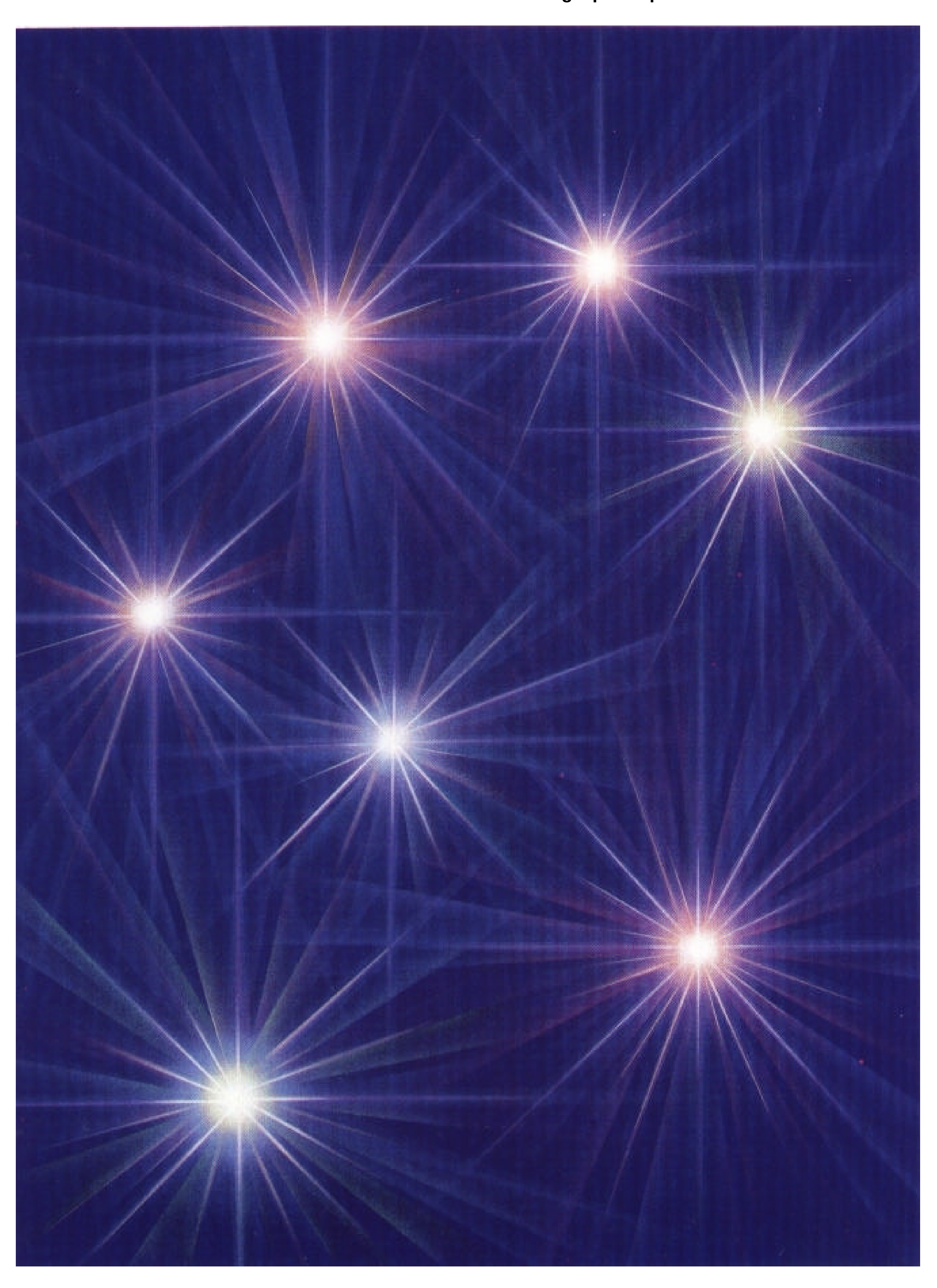


Figura 18-1.
La estrella del núcleo



Figura 18-2.
El nivel de la estrella del núcleo de un grupo de personas



¿Se sume usted en la negación y en la admisión? ¿Se limita a admitir lo que está ocurriendo, lo niega y sigue manteniendo la conversación como si le oyeran, perdiendo así su tiempo? ¿Ha visto cumplirse su objetivo? Lo dudo. Vea la figura 15-6.

¿O bien opta por evadirse también, de modo que ya no hay nadie comunicándose? La figura 15-7 muestra a dos personas ausentes.

Muchas veces, los individuos esquizoides recurren a la arrogancia y le dan a entender que son más psíquicos, evolucionados o espirituales que usted con el fin de intimidarle y deshacerse de usted. ¿Cómo reacciona entonces? ¿Acepta que «espiritual» y «psíquico» significan «más evolucionado» y que esas personas son mejores, por lo que renuncia al contacto con ellas? ¿O bien le saca de sus casillas, de modo que insiste con más intensidad? ¿O no se inmuta y hace caso omiso de la ostentación ajena? Si se halla en una situación semejante, tendrá que alterar su campo energético. Si quiere ayudar al individuo esquizoide a sentirse seguro y a abandonar su defensa, baje a la Tierra y empiece a comunicarse para poder cumplir aquello que ambos estén haciendo juntos.

Cómo responder a la defensa esquizoide de una forma curativa positiva

La figura 15-8 (en el encarte a todo color) le muestra cómo puede regular su campo energético para interactuar con personas que adoptan una defensa esquizoide para ayudarlas a sentirse seguras. Es una respuesta enfocada a sacarles a ambos del miedo y la defensa y devolverles a la realidad y la comunión lo antes posible. Usaremos variantes distintas de los tres tipos principales de interacciones de campo (inducción armónica, flujos de bioenergía y cordones) y de las cuatro modalidades de flujos energéticos (empuje, tracción, freno y admisión) para crear un espacio seguro para su amigo dotado de una defensa esquizoide.

La primera regla consiste en no franquear el límite vulnerable con flujos bioplasmáticos. Piense en el séptimo nivel del campo aural de esa persona como si fuera un cascarón resquebrajado. Eso implica que si usted le manda flujos bioplasmáticos, éstos atravesarán el campo y la otra persona desaparecerá de repente. Lo segundo que conviene recordar es que los individuos esquizoides disponen de un flujo de energía-conciencia en las altas frecuencias de los niveles superiores del campo. En consecuencia, para acceder a ellos, usted debe aumentar sus vibraciones a una frecuencia alta y dejarles que las perciban por inducción armónica.

Haga esto concentrando su atención en la realidad espiritual más elevada que conozca. Lleve su conciencia a la experiencia más completa de su espiritualidad suprema imaginándola, viéndola, palpándola, oyéndola, oliéndola y gustándola. Si puede hacer esto y evitar al mismo tiempo producir flujos bioplasmáticos, la otra persona empezará a sentirse segura. Para impedir la emisión de flujos bioplasmáticos, mantenga su mente concentrada esféricamente en todas las direcciones a la vez. Sienta la forma ovalada sobre su campo. Perciba sus vibraciones. Note los bordes de sus límites y conténgalos. No deje que su mente se concentre en ninguna otra cosa. No salga con su mente a ninguna parte.

Tal vez sea incapaz de encarar directamente a la otra persona o de establecer contacto visual con ella mientras hace esto, puesto que resultará amenazador. Esto es normal. En cuanto esté sincronizado y haya contactado con la persona mediante la inducción armónica, puede disminuir lentamente la frecuencia vibratoria de su campo. Siga utilizando la inducción armónica para influir en el campo del otro y hacer que disminuya con el suyo. Para conseguirlo, relájese y cálmese por completo. Esto hará que la otra persona esté tranquila. Imagínese que va andando por un hermoso césped verde por entre árboles. Esto rebajará su frecuencia hasta una frecuencia terrestre equilibrada.

La siguiente interacción requiere un control mucho más avanzado de su campo energético, por lo que no debe desconcertarse si ve que no puede. La describo aquí para los lectores que poseen un nivel avanzado de control aural y puedan considerarla útil. Una vez que haya inducido una sensación de seguridad, pida permiso para tocar. Si se lo conceden, pida a la persona que se ponga de pie y doble las rodillas. Luego, coloque con cuidado su mano derecha en la parte posterior del segundo chakra. Cerciórese de que mantiene una vibración tranquila en su mano para hacer esto y que no envía flujos bioenergéticos. A continuación, con sumo cuidado, deje que salga un flujo bioplasmático de su mano. Mediante su intención, diríjalo al centro interno del cuerpo de la persona para que baje hacia la Tierra. Este flujo conectará al otro con la Tierra. Hecho esto, deje que los cordones de su corazón y del tercer chakra se conecten con los del otro. Esos cordones deberán proceder del centro de sus chakas y penetrar bien adentro en la otra persona, porque ésta no sabe cómo correctarlos.

Las consecuencias de una respuesta curativa positiva

Si es usted capaz de realizar una parte del proceso que acabo de describir, habrá ayudado mucho a esa persona a descubrir una relación más segura. Conviene recordar que cualquiera que adopte una defensa esquizoide probablemente no ha experimentado una sensación de seguridad en las interacciones humanas ni la conexión que somos capaces de percibir cuando nuestros cordones se conectan a través del corazón y del tercer chakra de un modo saludable.

Figura 15-6. La defensa esquizoide y una reacción de admisión o rechazo

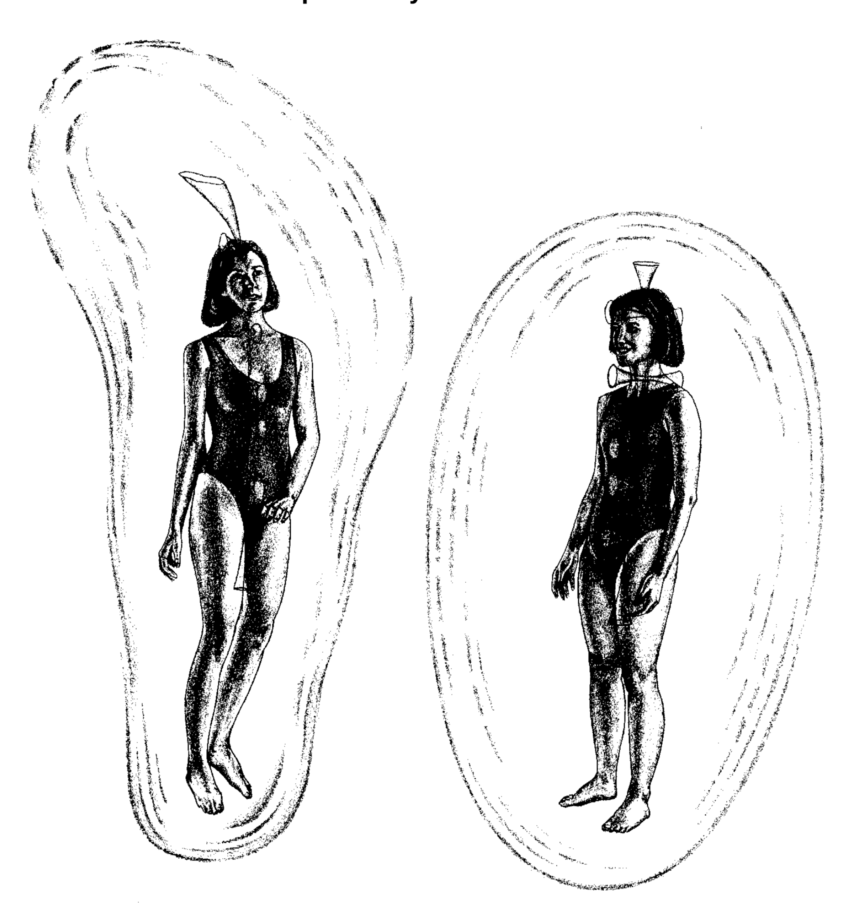
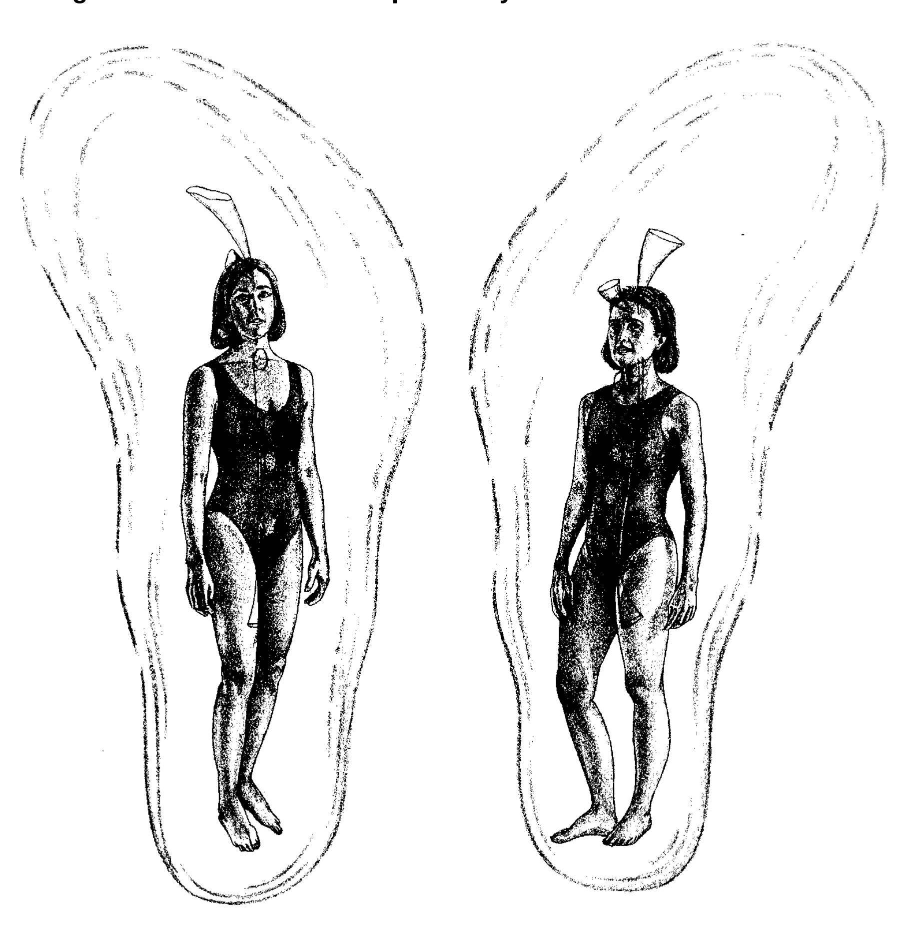


Figura 15-7. La defensa esquizoide y una reacción de abandono



Aprender a conectarse en una relación es fundamental para los individuos esquizoides, porque sólo a través de la relación podrán satisfacer su necesidad espiritual más profunda de experimentar su propia individualidad como divina. Experimentan a Dios en el estado unitario, pero no en el individualizado. Necesitan encontrar el Dios individualizado que llevan dentro. Sólo pueden aprender a hacerlo mediante la comunicación con otros seres humanos. Si usted les brinda un espacio seguro para hacer eso con el campo aural de usted, les ayudará en gran medida.

Así pues, la próxima vez que un ser querido se escape de usted, es normal que usted reaccione como lo hace habitualmente. Probablemente será una reacción demasiado rápida como para prevenirla. Pero tan pronto como la capte, recuerde que la causa es el miedo: tanto de la evasión de su amigo como de su reacción defensiva.

Doble las rodillas, arráiguese en la Tierra, respire profundamente y proceda a ayudar a su amigo, como se indica en la figura 15-8 (en el encarte a todo color). Su amigo regresará, y ambos volverán a comunicarse. Al principio puede que resulte muy dificil, porque es probable que usted se atrinchere automáticamente en su defensa de carácter. Pero cuanto más practique, más fácil será, y en lugar de gastar su valioso tiempo y energía en la defensa, accederá a una experiencia mucho más rica de vida y comunión.

Cómo abandonar una defensa esquizoide

Si usted se encuentra en la estratosfera, lo primero que debe hacer es advertir que está allí. Luego tome conciencia de que está allí porque tiene miedo. Para no tener miedo, deberá cambiar lo que esté haciendo. Primero doble las rodillas y respire profundamente. Procure mantener los ojos abiertos. Mantenga las rodillas flexionadas, y concéntrese en la parte superior de su cabeza. Lleve su conciencia a la parte superior de la cabeza y vaya bajando por la cara, el cuello, la región superior del pecho y así sucesivamente, hasta que su conciencia llegue a la planta de los pies. Sienta la planta de sus pies, y luego siga bajando hacia el interior de la Tierra. Repita el mantra: «Estoy seguro. Estoy aquí». Cuando note la Tierra firmemente bajo sus pies, sienta a la persona que está conversando con usted. Si ella parece amistosa y cordial y trata de llegar a usted, ayúdela. Intente abrir el corazón y el plexo solar a su amigo y permítale conectarse con usted de una forma cálida y humana.

El sistema de defensa del carácter oral El problema principal de la defensa oral

El problema principal de un hombre o una mujer que utiliza una defensa de carácter oral es la nutrición. Los individuos orales han pasado por múltiples vidas en las que no había suficiente para todo el mundo. Probablemente vivieron durante épocas de hambre y murieron de inanición, o tal vez tuvieron que tomar decisiones terribles sobre quién recibía la poca comida disponible. Los individuos orales no han tenido la experiencia de estar totalmente llenos, y temen que nunca tendrán bastante.

Puesto que los individuos orales han venido a esta vida para corregir esta creencia, atraerán circunstancias infantiles que planteen esa creencia a su ser en la vida presente. Experimentaron el abandono en los primeros compases de su vida, y temen que vuelva a suceder. Por lo general, sufrieron un abandono por parte de sus padres. Hasta qué punto lo sintieron no es tan importante como el modo en que lo experimentaron.

El ejemplo clásico de la creación de una defensa de carácter oral se produce con una madre que no dispone del tiempo que necesita para completar el amamantamiento. Si se aparta al bebé del pecho antes de estar satisfecho, no tendrá la experiencia de sentirse lleno y satisfecho hasta el punto de separarse automáticamente. Al mamar, el bebé se fusiona con su madre. Es lo que más se acerca a estar de nuevo en el útero. En esta fusión, el bebé se experimenta a sí mismo como la madre. Experimenta a la madre como Dios y a sí mismo como Dios, que es madre. La esencia de la madre, de Dios y del bebé es una. Para que el bebé sienta su propia esencia, debe llenarse con la esencia de la madre/Dios. Luego, el bebé ha de contar con lo suficiente para avanzar hacia la individualización y experimentar su propia esencia divina interna. Es llenándose por medio del amamantamiento que un bebé aprende a hacer esto.

Si la madre tiene dificultades para amamantar o separa al bebé del pecho antes de que haya terminado, o si tiene prisa, está impaciente y quiere que el pequeño se apresure, está abandonando al niño hasta cierto punto. Si esto ocurre reiteradamente, el bebé estará inquieto y será incapaz de tomar la leche con rapidez, lo que prolongará el tiempo de amamantamiento y empeorará la situación. Llegará un momento en que el bebé aprenderá a abandonar a la madre antes de que ésta le abandone a él. Pero, en ese proceso, el niño no obtiene la experiencia de fusionarse con todo lo que es (la esencia de la madre) y de individualizarse luego en su propia esencia. Tales personas crecen sin una experiencia nítida y plena de su propia esencia, la fuente de lo divino que llevan dentro. Más bien la experimentan como algo pobre e insuficiente.

Esos bebés experimentan también que sus padres absorben energía de ellos. Probablemente es cierto. Por desgracia, su madre o ambos padres utilizaron las conexiones mediante los cordones del tercer chakra con ellos para obtener alimento en vez de darlo. Los padres tomaron también energía de ellos a través de los flujos bioplasmáticos con que ataron a sus hijos. No aprendieron nunca a conectarse con la Tierra.

La acción defensiva que adopta el individuo oral contra el miedo

A consecuencia de todo lo expuesto, las acciones defensivas de los individuos orales van encaminadas a absorber energía de los demás. Lo harán inconscientemente y de formas diversas: tratando de conectar los cordones del tercer chakra con los demás para obtener energía de ellos, como hicieron sus padres; tratando de succionar energía a través de los flujos bioplasmáticos que envían estableciendo contacto visual con sus «ojos-aspiradora»; o por medio de conversaciones largas y aburridas en las que hablan en voz muy baja. Cuando hablan en voz demasiado baja para que los demás puedan oírles, sus interlocutores les envían flujos bioplasmáticos en un intento por oírles. Entonces, ellos absorben energía a través de los flujos mientras mantienen la conversación tranquila. La figura 15-9 muestra la defensa de carácter oral de succión.

Los efectos negativos de la acción defensiva oral

La consecuencia de estas acciones defensivas consiste en hacer que el mundo físico parezca aún menos nutritivo para quienes emplean la defensa oral. De hecho, las personas que recurren a la defensa oral rechazan la nutrición y la desconocen. Puesto que utilizan su sistema energético para absorber energía ajena, no desarrollan nunca sus chakras para convertirlos en los chakras extensos y normales que llenarían naturalmente su campo de energía. Se concentran en llenarse desde el exterior en vez de a partir de los chakras o su fuente interna. O no pueden establecer contacto con ésta, o la notan demasiado pobre. Así, su campo permanece continuamente débil y dependiente de la energía predigerida de los demás, lo que propicia un ciclo de retroalimentación negativa que las mantiene desnutridas y dependientes de la energía de otros. Tales acciones hacen que a la gente le disguste estar en compañía de individuos orales, de suerte que éstos se sienten abandonados porque los demás les evitan. Así pues, dan lugar a experiencias vitales que demuestran que nunca tendrán suficiente. De este modo incurren en un círculo vicioso.

Cómo saber si alguien utiliza una defensa oral

Es fácil determinar cuándo las personas utilizan activamente la defensa oral porque adoptan una actitud impotente y quieren que usted haga cosas por ellas o se ocupe de ellas de formas que no son normales para un adulto. Puede que hablen en voz demasiado baja como para que usted las oiga o se esfuercen por mantener el contacto visual. Pero lo que usted ve en sus ojos es una súplica de impotencia que pide: «Hazlo por mí. Cuida de mí en vez de establecer un intercambio adulto conmigo».

Las necesidades humanas y espirituales de las personas con una defensa oral

Tales personas necesitan tener una experiencia de sentirse completamente llenos en la que ellas son la persona que puede dar el alimento. Deben aprender a hacerlo pos sí mismas. Necesitan experimentar la rica y poderosa fuente de vida que existe dentro de ellas en su estrella del núcleo.

¿Cuál es su reacción negativa a la defensa oral?

Una vez más, exploraremos las principales reacciones que la gente tiene ante las defensas de carácter en lo que concierne a las cuatro modalidades de flujo energético: empuje, tracción, freno y admisión.

¿Qué hace usted cuando interactúa con personas que se muestran desvalidas y toman, toman y toman sin dar nunca nada a cambio? ¿Se enfada porque absorben energía de usted y les manda más energía de una forma negativa para que dejen de hacerlo? ¿Se irrita, las insulta o las censura y las rechaza con energía? Esto sólo servirá para que se sientan peor. Si usted hace esto, es probable que esas personas se hundan y se vuelvan aún más desvalidas. Será más difícil acceder a ellas la próxima vez. La figura 15-10 ilustra lo que puede ocurrir en su campo cuando usted se enfada y empuja, y lo que hacen los individuos orales como reacción a su ira.

¿Reacciona usted sintiéndose abandonado y se aferra a ellas? ¿Tira de ellas? Si es así, el otro tirará de usted con más fuerza y le absorberá, o bien se hundirá. ¿Qué hará usted entonces? ¿Tirar más fuerte? La figura 15-11 muestra lo que usted hace cuando se aferra y tira, y cómo reacciona un individuo oral.

¿Se frena e interrumpe su flujo energético, para que el otro no pueda obtener energía de usted? Cuando se para, ¿se sumerge en las profundidades de su interior? Así, el individuo oral está ahí fuera, tratando de llegar a usted, mientras que usted está encerrado en su interior. ¿Se echan de menos los dos cuando hace esto? ¿O sigue presente mientras está parado y espera que el otro deje de absorber, quizá exigiéndole con impaciencia que se apresure a dejarle en paz? Ese individuo no lo hará. ¿Detiene su energía para que no se la absorban más? ¿Deja de escuchar y abandona a su interlocutor? Observe los resultados de su reacción de freno en la figura 15-12.

Figura 15-9. La defensa aural de carácter oral

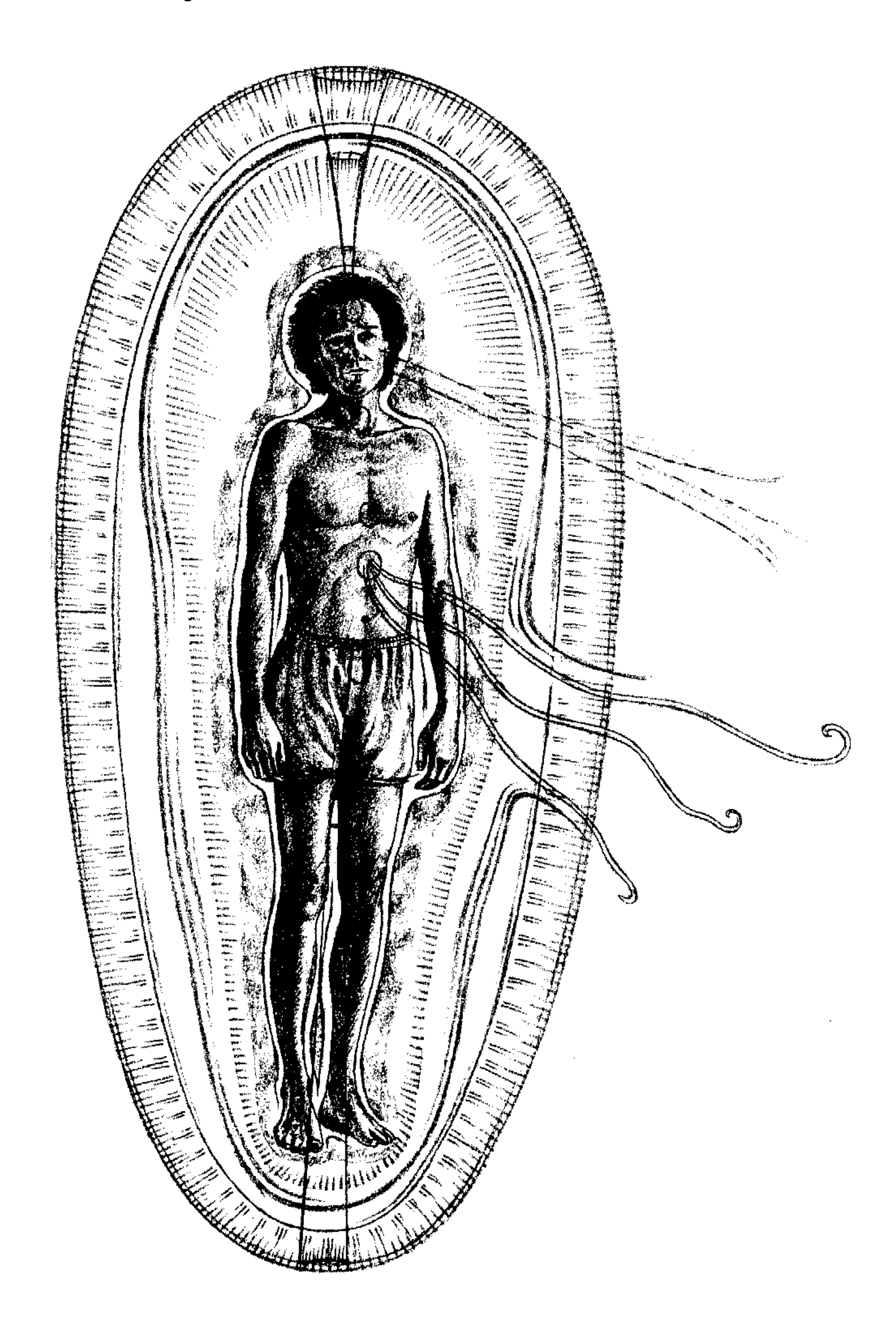


Figura 15-10. La defensa oral y una reacción de empuje

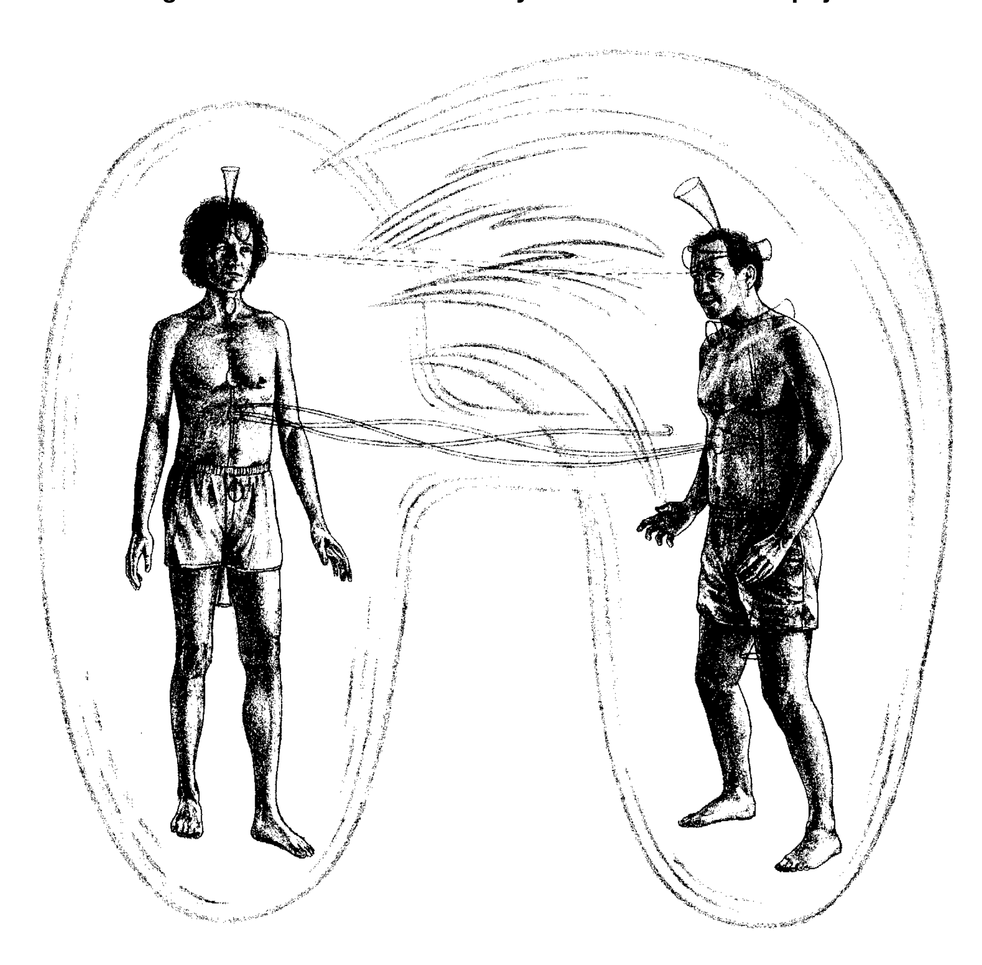


Figura 15-11. La defensa oral y una reacción de tracción

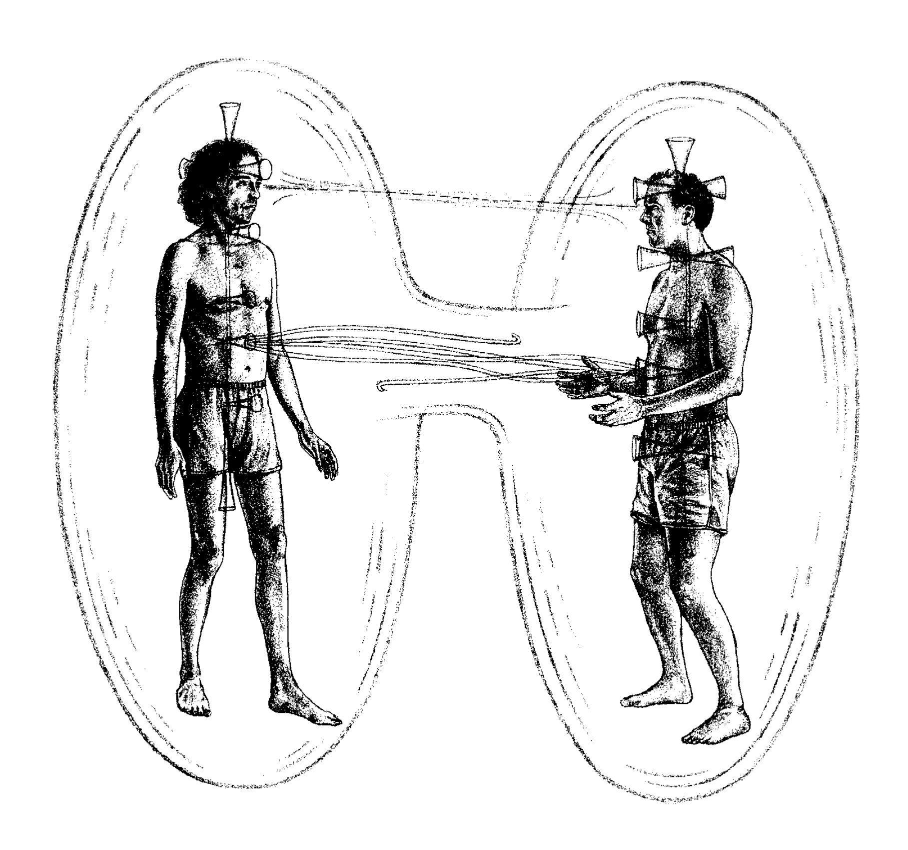


Figura 15-12. La defensa oral y una reacción de freno

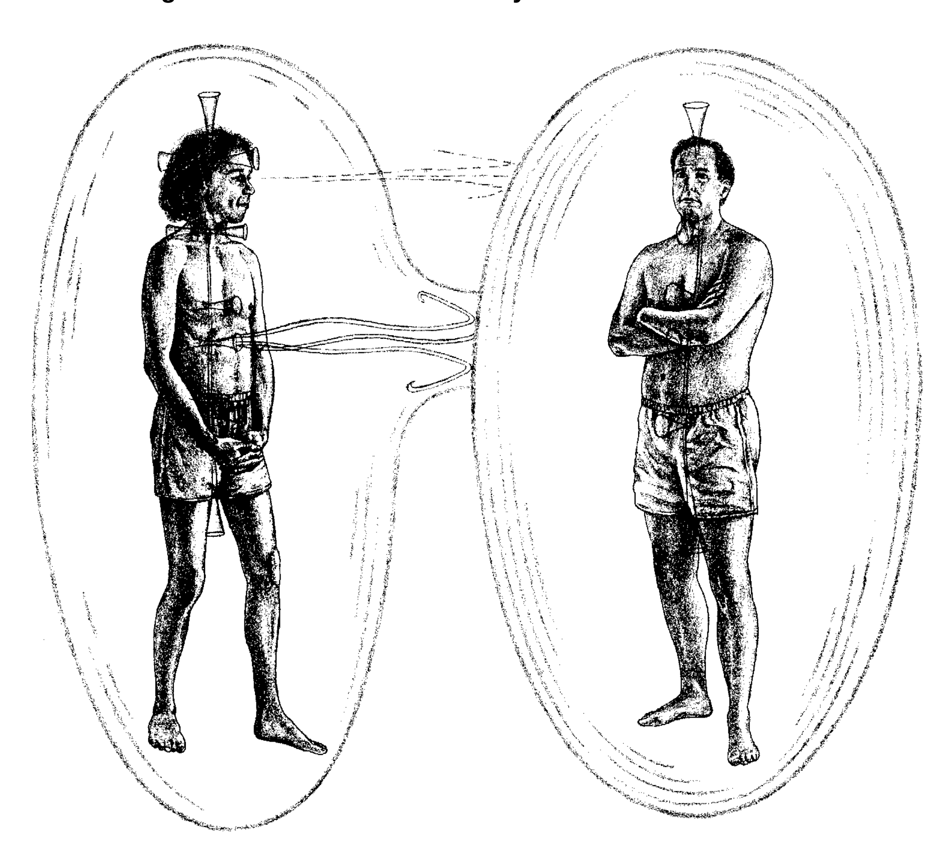
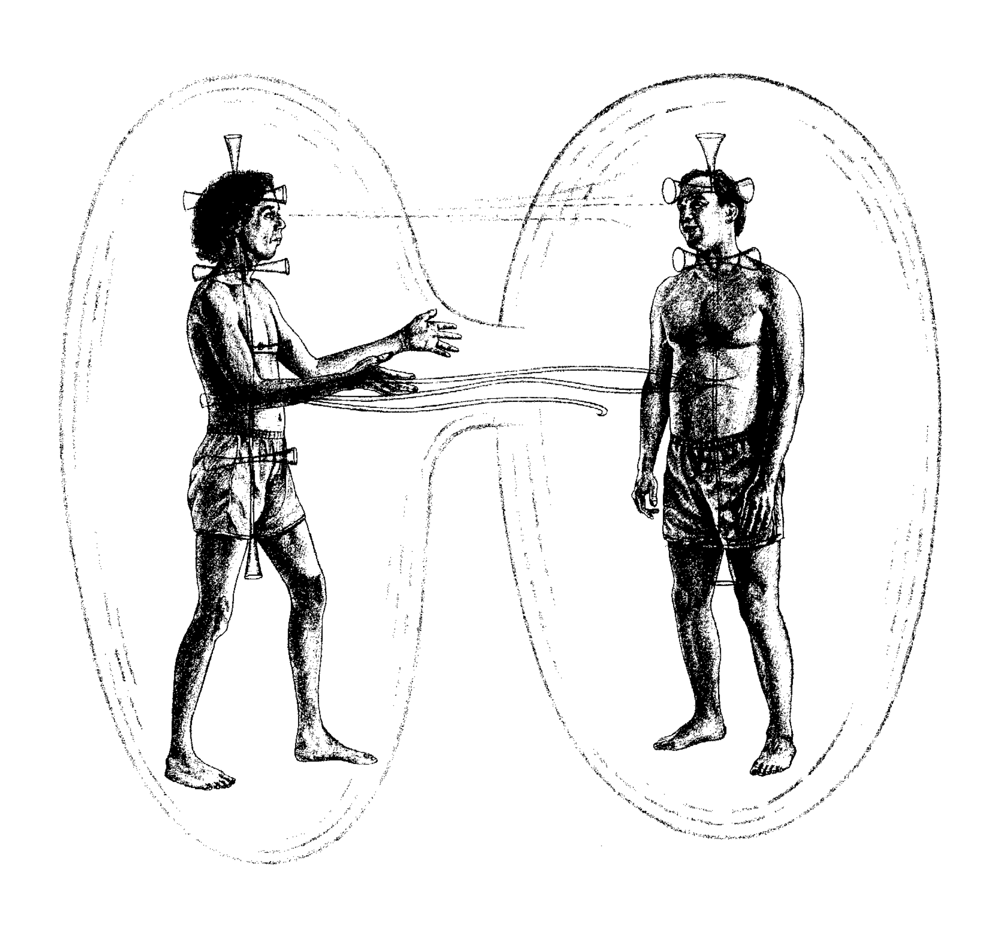


Figura 15-13. La defensa oral y una reacción de admisión o rechazo



¿Incurre en la negación y admisión? ¿Se limita a permitir lo que ocurre, lo niega y sigue manteniendo una conversación como si el nivel superficial fuese lo único que sucede en realidad? ¿Le cansa? ¿Reacciona asumiendo el papel de cuidador? ¿Deja que la otra persona ate los cordones del tercer chakra para absorber energía de su tercer chakra? Si es así, probablemente podrá advertirlo. ¿Vierte una gran cantidad de energía en esa persona a través de sus flujos bioplasmáticos que le entrega del modo en que ella manipula y le exige? ¿Se inclina hacia ella para poder oírla mejor en un esfuerzo por prestarle atención? ¿Permite que la mirada impotente en los ojos del otro absorba su energía y admite que él no puede hacer nada por sí mismo, mientras que usted tiene mucho que darle? ¿Sale del apuro de esta forma? ¿Ayuda al otro en algo? En realidad no; le ayuda a seguir siendo como ha sido desde su más tierna infancia. Esa no es la solución. La figura 15-13 muestra la reacción protectora a la defensa oral.

¿Reacciona evitando a la persona y abandonándola? ¿O bien se evade para que no quede en su cuerpo energía para absorber? El otro lo experimentará como un abandono, y succionará con más fuerza o se hundirá y cederá después de haber visto su peor miedo confirmado una vez más. La figura 15-14 ilustra esta combinación de defensas.

Cómo responder a la defensa oral de una forma curativa positiva

La figura 15-15 (en el encarte a todo color) le muestra cómo puede regular su campo energético para interactuar con personas que adoptan una defensa oral para hacer que se sientan seguras, para ayudarlas a tener una experiencia de estar verdaderamente llenas, y para mostrarles que pueden hacerlo por sí mismas.

La primera regla consiste en no dejar que absorban energía de la manera habitual. Por lo tanto, no les permita conectar los cordones del tercer chakra en los suyos para poder chuparle energía. Un buen modo de evitarlo consiste en no situarse directamente delante de esas personas. No les dé la cara. Colóquese a un lado, e imagine una sólida pantalla sobre su tercer chakra que les impide conectar sus cordones. No establezca contacto visual ni deje salir sus flujos bioplasmáticos a petición de ellas. Sin embargo, es beneficioso llenar el campo aural de los individuos orales mediante el uso de flujos bioplasmáticos. De hecho, esto resulta muy fácil de hacer intencionadamente. Basta con relajarse e imaginar unos bonitos flujos bioplasmáticos de energía de colores manando de sus manos hacia el tercer chakra de la otra persona. Haga esto sin tocarla fisicamente. Mientras tanto, incítela a sostenerse sobre sus propios pies. Hágalo pronunciando estímulos verbales con los que dice a esa persona que tiene unas piernas robustas y una rica fuente interna de vida. Dígale que puede hacerlo.

De este modo, le brindará la experiencia de llenarse sin reforzar la defensa habitual que la mantiene insuficientemente cargada.

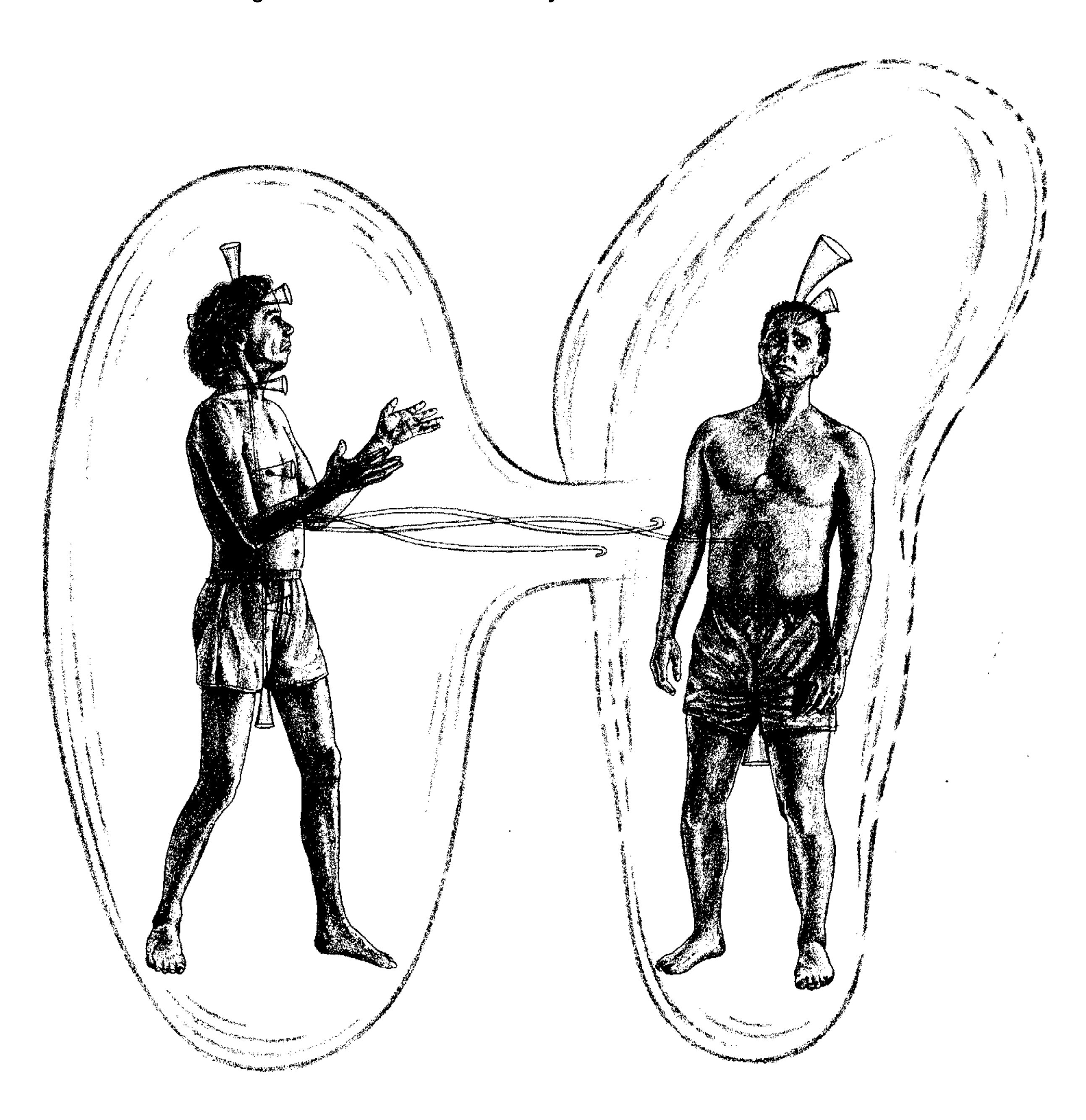
Ahora se topará con otro problema que tiene relación también con la defensa oral. La forma principal que conocen las personas que emplean una defensa oral para recibir es mediante la absorción controlada. Mientras absorben, controlan la entrada de energía en su campo. Cuando usted les da fuera de esta forma de recepción controlada, ellas se frenan y son incapaces de recibir mucha energía. Al cabo de algún tiempo, permitirán la entrada de una pequeña cantidad de energía. Entonces deciden que no es suficiente, o que les lleva demasiado tiempo, por lo que vuelven a parar, esto es, le abandonan antes de que usted las abandone a ellas. Y, de este modo, se abandonan a sí mismas. Este movimiento de vaivén se perpetuará durante el proceso de llenado y hará que lleve mucho tiempo. Tan pronto como usted se sienta frustrado, la otra persona se frenará, y el proceso requerirá todavía más tiempo. El individuo oral incurrirá en una lucha con el tiempo como enemigo. En esa lucha, nunca habrá tiempo suficiente para él. De modo que usted afrontará el reto de ser capaz de permanecer allí, a disposición de esa persona, y proseguir su labor hasta que el proceso de llenado concluya.

Cuando el campo de esa persona esté bien cargado, concentre su mente y su intención para desplazar la energía que hay dentro del cuerpo del individuo hacia la Tierra, para establecer una conexión sólida con ésta. Imagine que el primer chakra del sujeto se abre para permitir la entrada de más energía procedente de la Tierra. Esto no resulta dificil si usted permanece conectado mediante sus flujos bioplasmáticos. Ayuda el hecho de mirar la parte del cuerpo en la que usted está concentrado. Si la otra persona es capaz de arraigarse en la Tierra, la energía manará automáticamente al interior de su cuerpo, como un pozo artesiano. El individuo oral no tendrá que absorberla por sí mismo. En cuanto ocurra esto, interrumpa su acción de llenado bioplasmático y suspenda su contacto energético con el otro para que se llene por sí mismo.

Las consecuencias de una respuesta curativa positiva

Si es usted capaz de realizar una parte de la interacción que acabo de describir, habrá ayudado en buena medida a su amigo de carácter oral a encontrar la autonutrición. Esto es muy importante porque, a medida que esas personas trabajen al respecto, descubrirán que debajo de su miedo a no obtener bastante creen que ellas tampoco son bastante. A una edad muy temprana, se convencieron de que su esencia no era suficiente. Aprender a llenarse es lo mismo que reconocer que son bastante. En cuanto hagan esto, podrán aprender a conectarse en sus relaciones sin la absorción a la que están acostumbrados. Sus relaciones se convertirán en intercambios saludables de energía entre dos personas iguales. También su relación con el tiempo cambiará. Ya no será algo contra lo que luchar, para obtener más. Ahora dispondrán de tiempo suficiente en la vida.

Figura 15-14. La defensa oral y una reacción de abandono



En el nivel espiritual, la tarea de esas personas consiste en aprender a descubrir el Dios individual que tienen dentro. Sólo a través de la relación serán capaces de reconocer que su núcleo divino es tan brillante y pleno como el de cualquiera. A través de la relación aprenderán que la fuente de la vida es su esencia interior eterna.

Así pues, la próxima ocasión en que observe que su amigo o ser querido de carácter oral adopta una actitud impotente o absorbe su energía, recuerde que esto significa que tiene miedo. Esas personas tienen miedo de no ser bastante. No creen que su propia esencia sea suficiente. Si usted reacciona al miedo, es normal. En cuanto se sorprenda defendiéndose contra la succión de energía o la impotencia que tales personas expresan, respire profundamente y concéntrese en la relajación. Doble las rodillas, arráiguese en la Tierra, céntrese y respire. Ha llegado el momento de ayudar; ¡estoy segura de que puede hacerlo!

Cómo abandonar una defensa oral

Si comprueba que se siente impotente o trata de conseguir que alguien haga algo por usted, respire profundamente y relájese. Dígase que dispone de todo el tiempo del mundo. Póngase de pie. Doble las rodillas, arráiguese en la Tierra. Lleve su atención concentrada a su estrella del núcleo. Aquí reside la fuente de todo aquello que necesitará. Usted no es impotente. Puede hacer cualquier cosa. Usted es Dios. Repita el mantra: «Yo soy bastante. Yo soy bastante».

El sistema de defensa del carácter psicópata

El problema principal de la defensa psicópata

La traición constituye el mayor problema para la gente que utiliza la defensa de carácter psicópata. Probablemente han experimentado múltiples vidas como guerreros, defendiendo y luchando por una causa importante. Se sacrificaron mucho a nivel personal, combatieron y ganaron sus batallas. Sabían que su causa era justa, sabían que tenían razón y sabían que eran buenos, y por todo ello eran capaces de vencer. La buena causa les hacía buenos y hacía malo al enemigo. Pero, en última instancia, esas personas eran traicionadas, derrotadas y probablemente asesinadas por aquellos en quienes más confiaban. ¿Por qué? Porque vencer exige un adversario. Si alguien tiene razón, alguien más está equivocado. Y todavía son capaces de vencer.

Gobernar un país requiere otro tipo distinto de liderazgo. Requiere trabajo y cooperación en equipo, en el que todos son buenos y mucha gente tiene razón, no sólo el líder. Así pues, las personas dotadas de una estructura psicópata no traspasaron jamás los límites entre el guerrero y el rey o la reina. Los individuos psicópatas siguen siendo guerreros que tratan de ganar una guerra que ya no existe. Como consecuencia de ello, en su fuero interno ya no confían en nadie. Todo el mundo es, en último término, su enemigo, incluso sus compañeros más próximos. Consideran la vida como un campo de batalla.

La familia en la que el individuo psicópata elige nacer se convierte en el siguiente campo de batalla. Los miembros de la familia que están más próximos a él se transforman en los siguientes traidores. Los sujetos psicópatas han experimentado la traición muchas veces en la vida. Fueron traicionados a una edad muy temprana por uno o ambos padres. En su más tierna infancia, ganar era algo muy importante. Alguien, generalmente uno de los padres, debía tener razón y debía ganar. La persona que ganaba demostraba ser buena, y el perdedor era malo. Habitualmente, el progenitor de sexo opuesto tenía problemas con su cónyuge y transfería muchas de las necesidades que teóricamente debía satisfacer su pareja a su hijo. Ese padre utilizaba la seducción para controlar al niño. Éste se erigía en el «hombrecito» de mamá o en la «hermosa mujercita» de papá, y se le decía de un modo sutil que era mucho mejor que su otro progenitor. El padre del mismo sexo era malo, y el hijo era bueno. Éste recibía responsabilidades que no se correspondían con su corta edad y se le incitaba a crecer de prisa. Esos hijos entregaban su corazón al padre de sexo opuesto, pero el sexo quedaba fuera de lugar.

Por supuesto, cuando apareció la sexualidad en la pubertad, todo se fue al carajo. El padre de sexo opuesto sentía unos celos terribles de cualquier pretendiente. Se suponía que el hijo no había de tener inclinaciones sexuales y sólo debía amar al padre. Hoy en día, las personas que han adoptado una defensa psicópata sienten pánico al hecho de tener sexualidad y sentimientos afectivos. Poseer ambas cosas equivale a traicionar a un padre, y entonces se consideran malos. Son muy vulnerables en este aspecto. Tienen miedo a las personas del mismo sexo que les recuerdan al progenitor de su mismo sexo.

Naturalmente, la auténtica traición es la de los padres, que utilizaron y controlaron a esos hijos para satisfacer las necesidades que debían tener respuesta en su cónyuge, con quien no pudieron resolver sus problemas. Así pues, una vez más, las personas con defensas psicópatas lucharon por una causa (el «buen» padre del sexo opuesto contra el «mal» padre del mismo sexo) y supuestamente ganaron (el amor del «buen» padre). Luego, al final, fueron traicionados por el padre a favor del cual lucharon, porque después de todo éste tenía que quedarse junto a su cónyuge o buscarse otro.

De modo que tales personas acarrean mucho miedo y ven el mundo como un campo de batalla en el que están obligadas a luchar. Temen ser traicionadas por sus amigos íntimos, por lo que tienen miedo de ellos. Temen hundirse bajo la pesada carga que deben soportar.

La acción defensiva que adopta el individuo psicópata contra el miedo

A consecuencia de su miedo, la acción defensiva de los individuos psicópatas consiste en tirar de su cuerpo hacia arriba y hacia fuera en un intento por ser mayores y crecer más de prisa de lo normal con el fin de asumir las responsabilidades de un adulto. Esto les desarraiga y hace que se sientan menos seguros. Su campo energético está mucho más cargado en la mitad superior que en la inferior. Para mantener este desplazamiento, envían energía también a la parte trasera del cuerpo para incrementar su fuerza de voluntad. Puesto que las fibras sensibles que les unían al padre del sexo opuesto están manchadas por la traición, tendrán miedo de conectar los cordones del corazón a otro hombre o mujer.

Ya que la vida se caracteriza por luchar por lo que es justo, los individuos psicópatas tienden también a afrontar la vida de una manera agresiva. Cuando ven que el mundo les ataca, concentran su energía en la voluntad situada en la parte posterior del cuerpo y luego la envían desde la espalda y por encima de la cabeza hacia el presunto agresor. Es una acción brusca y contundente, a través de la cual dicen: «'Fú eres el malo». La figura 15-16 ilustra la defensa psicópata.

Los efectos negativos de la acción defensiva psicópata

Estas acciones hacen que el mundo fisico resulte un lugar aún más inseguro para la gente que emplea la defensa psicópata. De hecho, ellos son los agresores y no lo saben. Su conducta agresiva suscita una agresividad recíproca dondequiera que vayan. Tienen que luchar constantemente y se sienten traicionados

porque mantienen luchas con sus amigos más próximos. Su campo energético no está arraigado y son incapaces de extraer la fuerza vital de las energías terrestres, por lo que se sienten débiles y faltos de apoyo. Al desplazar su energía hacia arriba, vaciando así sus chakras primero y segundo, esas personas se vuelven más vulnerables a que les «sieguen la hierba bajo sus pies».

Tienen problemas con su sexualidad porque su segundo chakra está descargado. Son seductores, pero la seducción no les conduce a relaciones duraderas porque el corazón y la sexualidad no cooperan juntos. Cuando conectan sus fibras sensibles, están predispuestos a la traición. Un hombre esperará de una mujer que le traicione, y una mujer esperará lo mismo de un hombre. Cada persona ayuda a que el otro se exponga a su traición. O bien son ellos quienes traicionan primero.

Cuando más toman conciencia de su experiencia vital, más se involucran en la lucha por ganar, por demostrar que son buenos. Consideran que el mundo es bueno o malo, y temen que quizá sean ellos los malos. Cuando ganan, son buenos; cuando pierden, demuestran que son malos. En consecuencia, entablan siempre batallas en las que puedan vencer para sentirse buenos, y creen que el mundo trata de demostrar que son malos. Pero, en realidad, nunca ganan, porque lo proyectan absolutamente todo.

También asumen más de lo que son capaces, ya que se les ha enseñado a hacerlo a una edad muy temprana. Aceptan una pesada carga, renuncian a sus necesidades personales, embisten y luego terminan siendo víctimas de alguna traición que les hace caer de bruces. Trabajan muchas horas y asumen más responsabilidad de la que conviene a su salud porque es una forma de controlar a los demás. Creen que deben controlar a quienes les rodean para poder sobrevivir. Fisiológicamente, suelen gozar de buena salud y trabajan hasta derrumbarse, posiblemente de un ataque al corazón, según lo enredados que estén sus cordones del corazón como consecuencia de las experiencias de traición que han acumulado en ellos. Puede que tengan problemas en la espalda o en las articulaciones a causa de las pesadas cargas que acarrean.

Las personas que usan la defensa psicópata se precipitan hacia delante en el tiempo. Nunca hay tiempo suficiente para hacer todo lo que deben. No se detendrán para vivir en el momento presente, sino que viven en un futuro que nunca llega. Experimentan su propia esencia como verdad, y cuando se alinean con una causa, experimentan el principio unitario dentro de esa causa. En cambio, no experimentan ni confian en la individualidad divina que hay dentro de los demás.

Esas personas entienden equivocadamente que su misión en la vida es dirigir la lucha por una causa importante. Más adelante veremos que no es así.

Cómo saber si alguien utiliza una defensa psicópata

La mejor manera de averiguar si alguien emplea una defensa psicópata consiste en observar si trata de entablar una lucha con usted y demostrar que usted está equivocado. Usted no sólo está equivocado, sino que hay una implicación de que en realidad usted es malo cuando se equivoca. Esa persona se mostrará muy dispuesta a ayudarle a resolver su problema. Él no tiene ningún problema. (Si lo tuviera, él sería malo. Y malo no es sólo malo; es cruel.) Por ejemplo, si usted es un sanador, el individuo psicópata se brindará de buena gana para que trabaje con él para que pueda aprender mejor su oficio. Y le encantará criticar su labor una vez concluida.

Las necesidades humanas y espirituales de las personas con una defensa psicópata

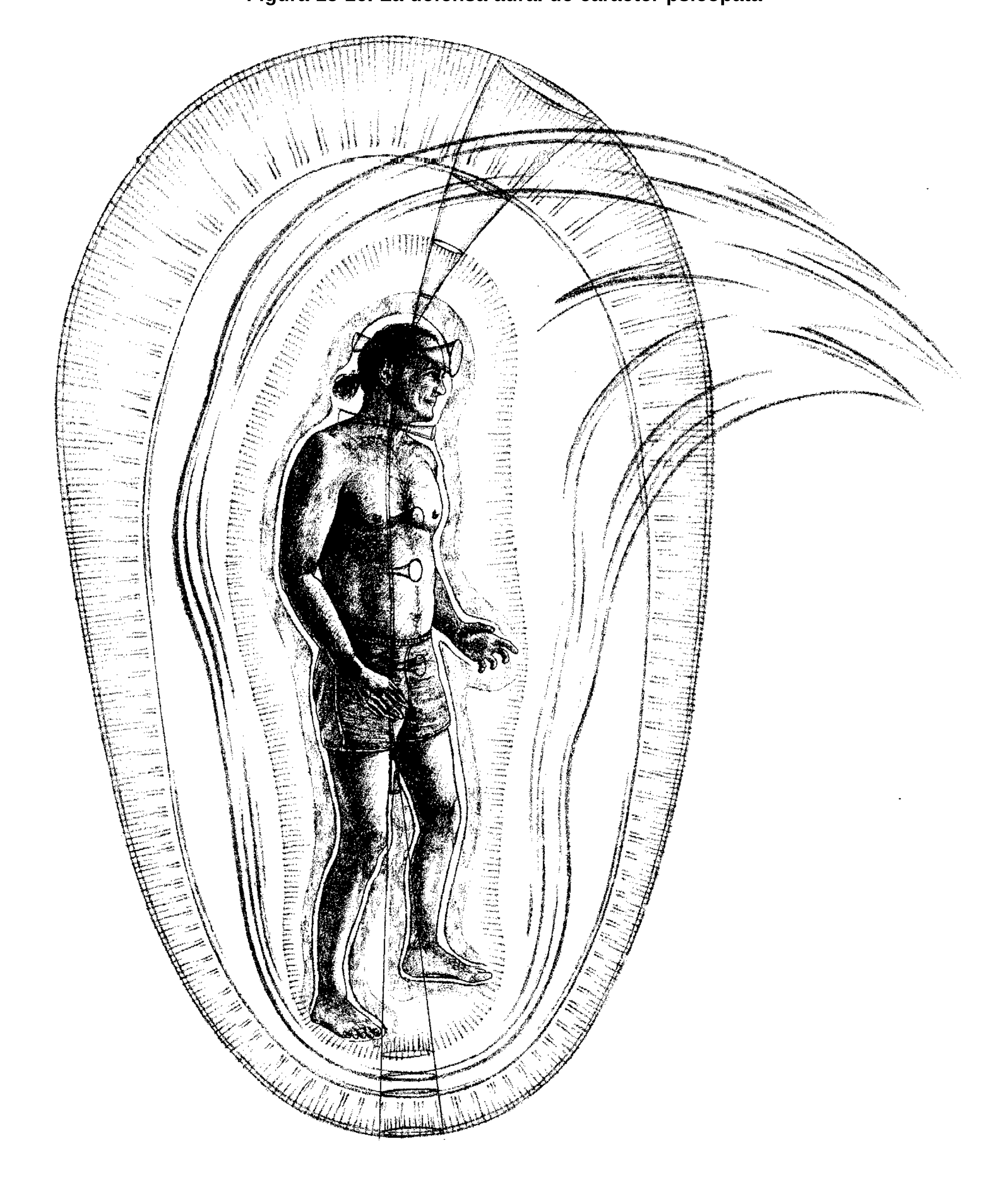
Recuerde que todo lo arriba expuesto no es más que una máscara. Y lo que se oculta debajo es un pánico extremo. Las personas que usan la defensa de carácter psicópata necesitan librarse de ese pánico y sentirse seguras. Deben renunciar a controlar a los demás para sentirse seguras. Deben aprender a confiar en sí mismas y en los demás. Tienen que darse cuenta de que el mundo no es un campo de batalla. Más bien es un lugar en el que estar en comunión con los demás, un lugar en que los otros reflejan el propio ser. Necesitan abandonar la lucha y dejar la carga. Han de dejar de precipitarse hacia el futuro y rendirse a la expresión divina del universo, que es la vida en la Tierra tal y como es en el presente. Tienen que rendirse a la imperfección de la condición humana y hallar la seguridad en esa condición humana. Han de permitirse cometer un error y sentirse seguros y buenos. Al hacerlo, podrán identificar lo divino dentro de los demás.

¿Cuál es su reacción negativa a la defensa psicópata?

Exploremos ahora cuál podría ser su reacción negativa cuando la gente se defiende de esta manera. Una vez más, revisaremos las principales reacciones que las personas tienen ante las defensas psicópatas en lo que se refiere a las modalidades de flujo energético de empuje, tracción, freno y abandono.

¿Qué hace usted cuando interactúa con alguien que entabla una discusión para demostrar que él tiene razón y que usted no sólo está equivocado sino que además es malo? Los individuos psicópatas hacen esto enviándole una energía agresiva a usted desde la parte superior de su cabeza. Esa energía queda suspendida sobre usted. ¿Se enfada y repele la agresión haciendo lo mismo? Si es así, su contrincante intensificará el ataque. Se volverá más agresivo, astuto e incluso perverso. No olvide que su experiencia de esta situación es la de sentirse como un animal acosado que lucha por su supervivencia. Cuanto más le combata usted, menos confiará él en usted y más miedo tendrá. De modo que luchará con mayor intensidad para ganar.

Figura 15-16. La defensa aural de carácter psicópata



La figura 15-17 muestra lo que podría ocurrir en el campo de ambos si usted se irrita y responde al ataque.

¿Reacciona sintiéndose abandonado y aferrándose al otro? ¿Tira de él? Si es así, el individuo psicópata se volverá más agresivo para rechazarle. ¿Qué hará usted entonces? ¿Tirar más fuerte? La figura 15-18 ilustra lo que hace usted cuando se aferra y tira y la consiguiente acción de la otra persona.

¿Se frena e interrumpe su flujo energético? En ese caso, el otro luchará con más intensidad para llegar hasta usted. Cuando usted se detiene, ¿se sumerge en las profundidades de su ser? Si es así, el otro está ahí fuera, cerniéndose sobre usted, mientras que usted permanece encerrado en su interior. ¿Se siente más seguro ahí dentro? Sigue sometido a un ataque. ¿Echa de menos el contacto cuando hace esto? ¿0 bien sigue estando presente mientras permanece parado y espera, quizá pidiendo con impaciencia a su oponente que se apresure y se calle? No lo hará. Vea las consecuencias de esto en la figura 15-19.

¿Incurre usted en la negación y admisión? ¿Se limita a admitir lo que ocurre, lo niega y sigue manteniendo la conversación como si ésta o la conexión se produjera realmente? ¿Deja que su contrincante gane y se sienta mal consigo mismo? ¿Le duele? ¿Cree que esto ayuda al otro? ¿Cree que gana realmente? ¿0 bien demuestra una vez más que tenía razón, que el universo es un campo de batalla? ¿Ha visto usted cumplirse su objetivo? Lo dudo. Vea la figura 15-20.

¿O bien opta usted por retirarse y abandonar su cuerpo para que no haya nadie en él que asuma la culpa? El individuo psicópata podría volverse más agresivo y gritar: «¡Mírame cuando te esté hablando!». O también: «¡Deja de fingir que tienes miedo, ya sé lo que sientes en realidad!». La figura 15-21 muestra esta combinación.

Cómo responder a la defensa psicópata de una forma curativa positiva

Recuerde que la finalidad de la respuesta curativa positiva a una defensa consiste en ayudar a ustedes dos a regresar a la realidad y la comunión lo antes posible. La defensa de los individuos psicópatas le exigirá que comparta su visión distorsionada del mundo. No se muestre de acuerdo con su defensa, porque esto no hará más que reforzarla. A veces resulta más dificil dar una respuesta sencilla a las personas que utilizan la defensa psicópata, ya que son muy agresivas a la hora de afirmar que tienen razón. No obstante, si usted entabla una discusión con este tipo de persona, se mostrará en cierto modo de acuerdo con su visión del mundo simplemente porque acepta la disputa.

La figura 15-22 (en el encarte a todo color) muestra lo que podría hacer usted con su campo energético para ayudar a un hombre con una defensa psicópata a sentirse seguro, a arraigarse y a volver a conectarse para estar en comunión. Lógicamente, es muy difícil responder inmediatamente de un modo positivo cuando alguien le está atacando. Así, después de su primera reacción negativa, sea cual fuere, respire profundamente y doble las rodillas. No olvide que la otra persona le ve como el agresor que cree que es malo. Cualquier flujo bioplasmático que usted le dirija ahora mismo será experimentado como un ataque agresivo. Arráiguese firmemente en la Tierra y eche hacia atrás los flujos bioplasmáticos que haya podido enviar. Haga esto volviéndose extraordinariamente pasivo y concentrando la atención en sí mismo, sin dejar de escuchar al otro. Probablemente tendrá que interrumpir el contacto visual para conseguirlo. Si él le pide que le mire, conteste simplemente que usted quiere escuchar lo que él tiene que decir y necesita concentrarse para hacerlo. Desplace la energía de su campo hacia abajo, hacia la Tierra, de modo que la parte inferior del campo se haga grande con una base amplia y la parte superior se estreche. Haga esto centrando la atención en sus piernas y en una extensa superficie de suelo bajo sus pies. Imagínelo, siéntalo y véalo. No se enzarce en una disputa. Utilice el mantra: «No discutir, no discutir». Imagínese que usted y su campo aural están hechos de teflón, por lo que cualquier energía agresiva que le llegue de fuera se derrama. Vuélvase de color rosado y verde.

Oblíguese a escuchar el núcleo de verdad que encierran las acusaciones exageradas. Las exageraciones expresan en realidad el miedo que siente la otra persona, no la maldad de usted o de lo que hizo o dejó de hacer, aunque sea eso lo que dicen las palabras del otro. No discuta sobre ningún aspecto. Limítese a estar allí y escuchar los argumentos de su interlocutor, dejando que la energía negativa se derrame al suelo tras chocar con su aura de teflón. Recuerde que este tipo de personas están aterrorizadas por la traición, sumidas en el autodesprecio y el rechazo. Déjelas continuar hasta que hayan terminado. Haga y diga cosas que les permitan saber que usted no las traicionará. Por ejemplo, hable de lo buenas que son, de cuánto confía en ellas y cómo le gusta estar con ellas y desea seguir así. Pídales que amplíen detalles sobre la situación de la que hablan. Hágales saber que usted está verdaderamente interesado en cambiar la situación y su participación en ella.

A continuación, disminuya la frecuencia de las vibraciones de su campo. En las discusiones, éstas se vuelven más altas, abruptas y dentadas. Haga esto concentrándose en la Tierra y en el deleite de sentir cómo le sustenta bajo sus pies. O bien podría pensar en cosas que le ayudan a estar tranquilo, relajado y seguro, como un paseo que dio recientemente en un escenario natural, su música preferida o alguien que le hace sentirse muy a gusto. Imagínese a esa persona junto a usted. Podría ser su guía. Siga disminuyendo y moderando su frecuencia hasta que se corresponda con la frecuencia terrestre, y manténgala en ese nivel. Conserve ese estado y deje que sus vibraciones se conecten con el individuo psicópata por inducción armónica. Regule sus vibraciones en un movimiento ondulado. Piense en mecerse suavemente en una barca en medio de un lago tranquilo durante una tarde soleada. Pero no deje de escuchar, siga allí presente para la otra persona y aprecie su hermoso núcleo. Búsquelo, identifiquelo y reconózcalo. A medida que el otro se calme y usted se sienta más seguro, deje que las vibraciones terrestres que usted está produciendo incluyan más y más cantidad de su energía del corazón. Acepte al individuo psicópata tal y como es ahora.

Figura 15-17. La defensa psicópata y una reacción de empuje

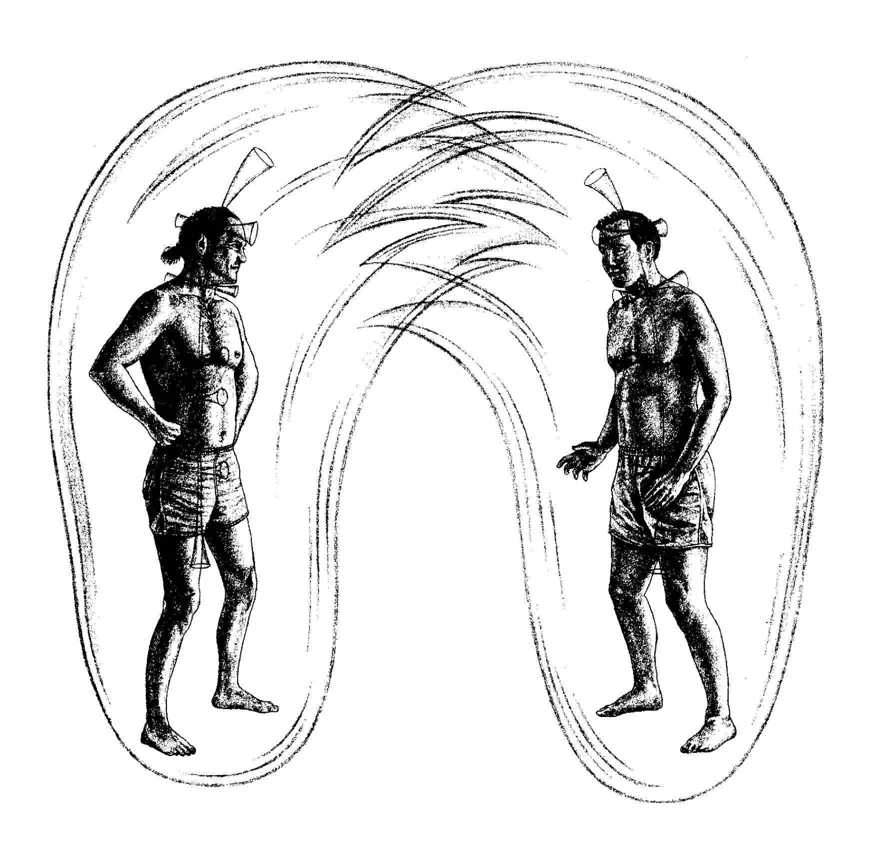


Figura 15-18. La defensa psicópata y una reacción de tracción

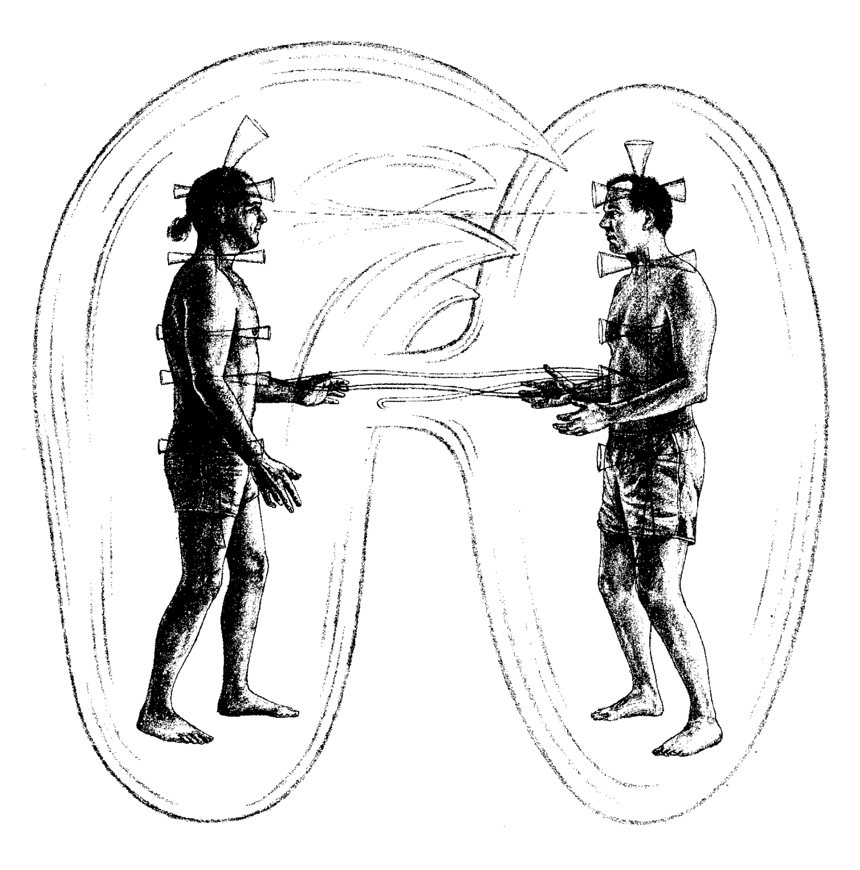


Figura 15-19. La defensa psicópata y una reacción de freno

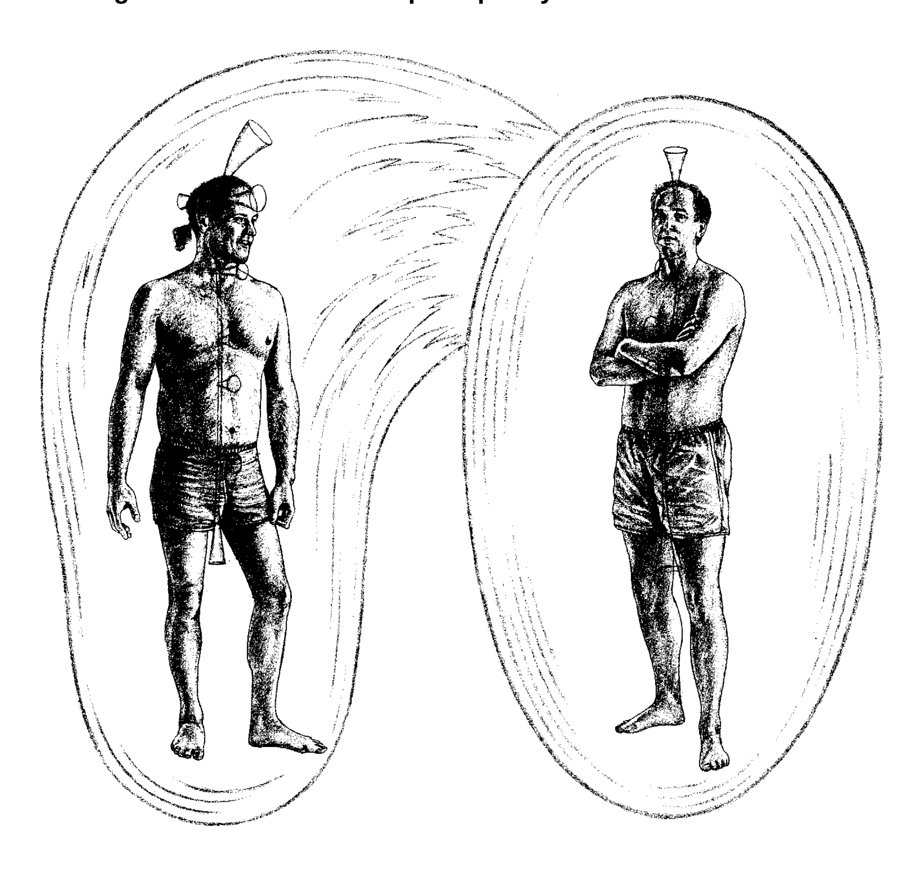


Figura 15-20. La defensa psicópata y una reacción de admisión o rechazo

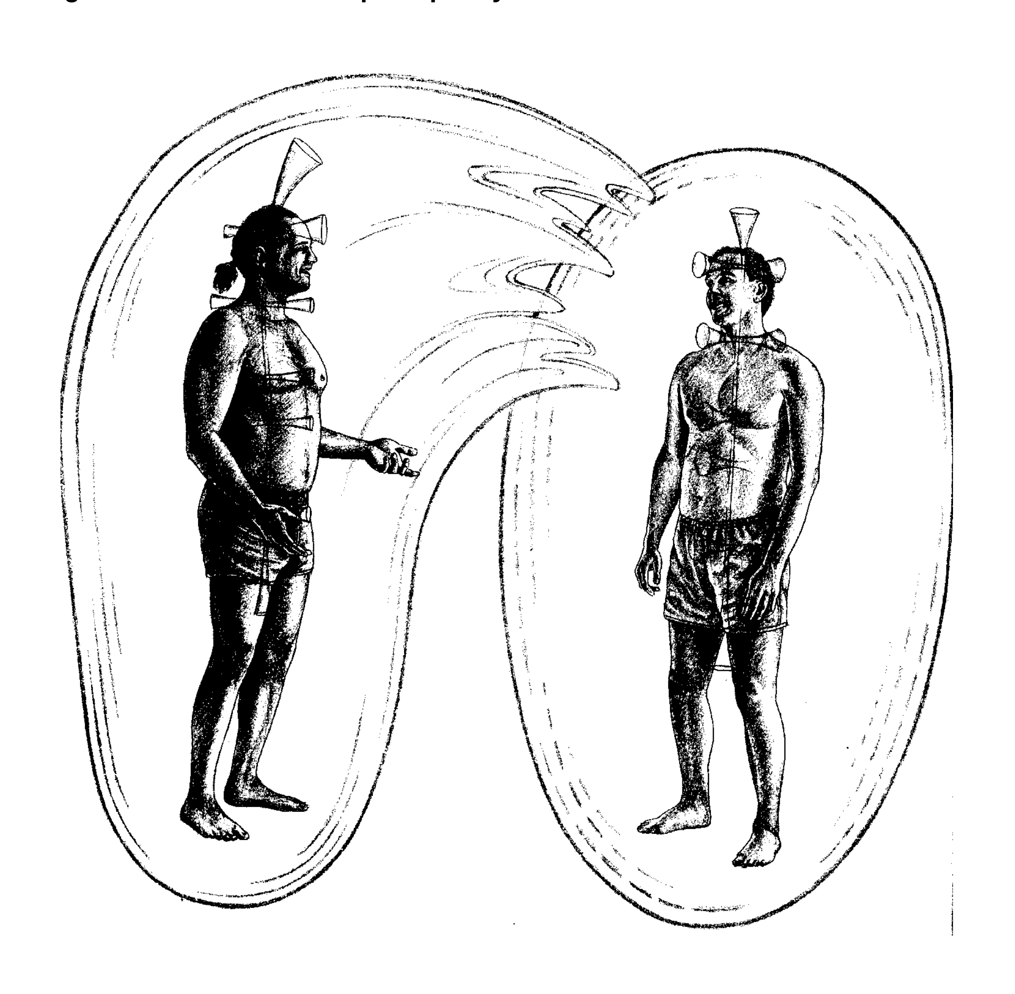
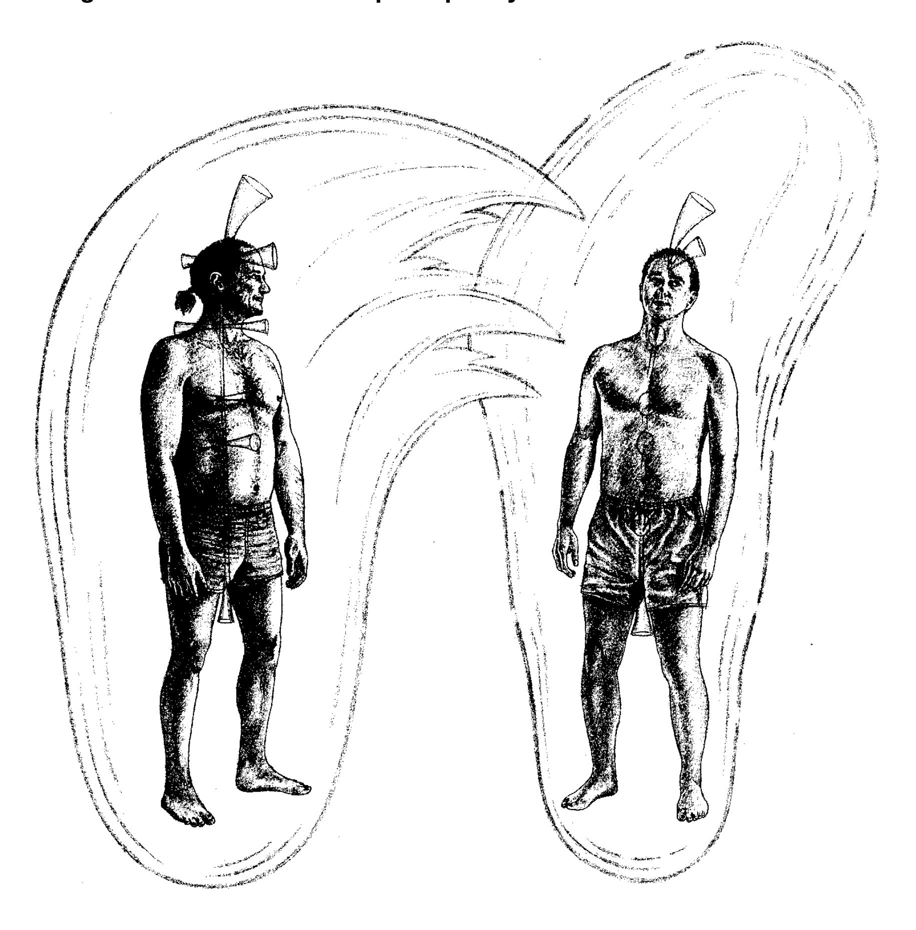


Figura 15-21. La defensa psicópata y una reacción de abandono



Las consecuencias de una respuesta curativa positiva

Si es usted capaz de cumplir al menos una parte de la tarea que acabo de describir, habrá ayudado a su amigo a descubrir que la disputa o la discusión no es tan importante como la aceptación de quién es él tal y como es. Debajo de la incapacidad de esa persona para reconocerle a usted se oculta la incapacidad de reconocerse a sí misma. Comoquiera que usted está allí para reconocer a esa persona, ella no tiene por qué ser nada más.

El individuo psicópata se sentirá escuchado, aun en el caso de que usted no esté de acuerdo con él. El otro puede interpretar que usted comparte su visión, pero esto no tiene importancia en realidad. El necesita saber que usted le ha oído. Esto le hará sentirse más seguro la próxima vez, y quizá ya no será tan importante salirse con la suya. La calidad de esa persona ya no dependerá tanto de que gane como de que usted reconozca quién es, que sepa que él no es malo, y que usted tampoco es malo. El hecho de que usted esté allí, aceptándole afectuosamente mientras él se expresa con rimbombancia, así lo demuestra. De este modo, su amigo tendrá una nueva experiencia: la de la comunión.

En cuanto la experimente, esa persona empezará a ser capaz de identificar y confiar en la esencia divina que usted lleva dentro. Después de esto, empezará a confiar en usted y en la voluntad suprema de su relación. Esto implica que ella podrá comenzar a ceder su control sobre usted, que era la única manera que le permitía sentirse segura.

Entonces, el individuo psicópata puede empezar a identificar su misión en la vida a nivel personal como una rendición a la bondad que hay dentro de él y de los demás. A nivel mundial, probablemente será trabajar por una causa, pero sólo cumplirá esta misión cooperando en condiciones de igualdad con los demás. Sólo identificando, confiando y ayudando a intensificar lo divino en los demás podrá esa persona pasar de ser un guerrero a ser rey. El rey o la reina sirve a todos.

Así pues, la próxima ocasión en que un ser querido entable una disputa con usted, cúlpese a sí mismo y revise todas las formas en que es malo, doble las rodillas, hágase un aura de teflón y permanezca un rato en silencio. No le llevará mucho tiempo. Ésta es la mejor manera de que cada cual regrese a la realidad, que es un lugar mucho más bonito en el que estar.

Cómo abandonar una defensa psicópata

Si descubre que ataca agresivamente a alguien porque cree que esa persona le ha traicionado, conténgase por un momento. Puede que la situación no sea tan terrible y usted la haya exagerado. Trate de sentir su humanidad y la de la otra persona. Flexione las rodillas, respire profundamente y concentre la atención en su

interior. ¿Tiene miedo? ¿Se siente herido y traicionado? ¿Le ha ocurrido esto antes? ¿Muchas veces? ¿Es una situación que se repite? ¿Está defendiendo su bondad? ¿Está toda su energía concentrada en la mitad superior del cuerpo? Si es así, retroceda un poco y sienta sus pies sobre la Tierra. Concentre su atención en ésta. Caliente sus pies. Note la energía en sus piernas. Concéntrese en su estrella del núcleo y repita este mantra: «Estoy seguro. Soy bueno».

El sistema de defensa del carácter masoquista

El problema principal de la defensa masoquista

Recuerde que la defensa de carácter masoquista de la bioenergética o la energética interna no se corresponde con la definición freudiana de «masoquista». El mayor problema de un hombre o una mujer que utiliza una defensa de carácter masoquista es el de sentirse invadido y controlado. Esas personas probablemente han experimentado en sus distintas vidas situaciones en las que se han visto controladas y atrapadas, sin que se les haya permitido expresarse o actuar como querían. En sus vidas anteriores, probablemente sufrieron presidio, esclavitud o algún estricto control político o religioso por parte de otros. La expresión y la actuación fuera de la «normativa» aceptada eran peligrosas. Tuvieron que someterse.

Como consecuencia, en su fuero interno anhelan la libertad, pero temen reclamarla. No saben cómo liberarse. Están muy resentidos por no tener libertad, culpan a otros de su falta de autonomía, y permanecen atrapados en la dependencia. No saben cómo escapar.

Las familias en las que eligen nacer se convierten en su siguiente prisión, y sus padres son sus nuevos carceleros. Su madre era dominante y sacrificada. Esas personas no disponían de un espacio personal privado, ni siquiera de su propio cuerpo. Estaban controladas, incluso en su alimentación y en sus funciones fisiológicas. Las hacían sentirse culpables por cualquier intento de libre expresión personal. Las humillaban por sus sentimientos, sobre todo en su sexualidad. No se les brindó la oportunidad de individualizarse.

Sus padres usaron flujos bioplasmáticos para impregnarlas de su energía o para atarlas y controlarlas. Los padres utilizaron también los cordones que se conectan entre los terceros chakras para controlar a sus hijos. Al mismo tiempo, esos padres les amaban con locura y tendían cordones que establecían conexiones de lealtad y amor entre los cuartos chakras.

Uno o ambos progenitores trataron a estos hijos como si fuesen una parte de sí mismos. Todo lo que llegaba al niño pasaba un control, y todo cuanto salía de él era controlado, incluidos sus pensamientos, ideas y creaciones. Los padres se entrometían en su proceso creativo. Cada vez que el niño creaba algo, como un dibujo o una pintura, sus padres se apoderaban inmediatamente de ello y se lo hacían suyo mediante afirmaciones del tipo: «¡Oh, mira lo que ha hecho mi hijo! ¡Es un dibujo de un !». Entonces los padres procedían a describir y definir el objeto creado en vez de dejar que lo hiciera su hijo.

No olvide que el objetivo espiritual de lo que creamos consiste en reflejar hacia nosotros quiénes somos para que nos ayude a reconocer nuestra esencia. Los padres de esos niños interfirieron en la etapa del proceso creativo en que el objeto creado refleja la autoidentificación hacia su creador. Antes de que esos niños tuvieran la oportunidad de hacerlo, sus padres se apoderaron del objeto y lo definieron según su propia visión. Dicho de otro modo, los padres impusieron su propio rostro en el objeto creado al definirlo. Así, cuando los niños que crearon un objeto miraron en su espejo, vieron la esencia de sus padres, no la suya. En efecto, los padres robaron la esencia de sus hijos, y ahora éstos son incapaces de ver la diferencia entre la esencia de sus padres y la suya propia. Otra manera posible de que sucediera esto consiste en que el padre completara las frases de sus hijos.

La acción defensiva que adopta el individuo masoquista contra el miedo

Como consecuencia de su miedo a ser controlados y humillados y a verse despojados de su esencia, la acción defensiva de los individuos masoquistas consiste en atrincherarse en el interior de su cuerpo y levantar una sólida fortaleza fisica para mantener a raya a los invasores que pretenden controlarles. No sacan fuera lo que tienen dentro. A fin de cuentas, se lo robarían o lo utilizarían para humillarles, y es por eso que lo guardan en su interior. Debido a que no exteriorizan gran cosa, su campo está siempre muy cargado y lleno. Sin embargo, como fueron invadidos psíquicamente, sus límites aurales no tienen ninguna oportunidad de desarrollarse y definirse. Los niveles no estructurados y difusos se cargan y desarrollan en mayor medida que los niveles estructurados que dan lugar a límites sólidos. Así pues, el campo aural de esas personas es muy poroso. Por desgracia, esta combinación de un cuerpo grande, fuerte y pesado con un campo amplio y poroso da la impresión de que los individuos masoquistas están bien protegidos. Pero no es cierto. La energía psíquica incide de lleno en ellos y pueden acusarla con gran intensidad, por lo que deben retirarse aún más profundamente en su interior. En algún momento del proceso de maduración de esas personas, tratarán de destruir los cordones del tercer chakra a través de los cuales sus padres ejercían el control sobre ellas. Por lo general, la gente que usa una defensa masoquista hace esto tirando de los cordones hacia dentro y enredándolos en un ovillo en el interior del tercer chakra.

Las personas con una defensa masoquista carecen de autonomía y temen actuar por su cuenta y riesgo. Permanecen ocultas en las profundidades de su interior o tratan de obtener el permiso de alguien para salir.

Para recibir esa autorización, enviarán flujos bioplasmáticos o tratarán de conectar los cordones del tercer chakra con el plexo solar de sus amigos para involucrar a éstos en cierto modo en su salida. Estas personas dicen cosas como: «Tú y yo tenemos un asunto de que hablar», en vez de limitarse a decir: «Tengo un asunto de que hablar contigo». Si usted participa en una terapia de grupo en la que hay personas de este tipo, observará que no se atreven nunca a trabajar solas, sino que quieren trabajar siempre con alguien más. La figura 15-23 ilustra la defensa masoquista.

Los efectos negativos de la acción defensiva masoquista

Esas acciones defensivas hacen que el mundo fisico parezca una prisión en la que la autonomía está prohibida. La conducta pasiva del individuo masoquista, que trata de involucrar a otros, le aporta siempre la experiencia de ser controlado.

Puesto que tales personas guardan lo que tienen dentro, es como si el tiempo permaneciera inmóvil. Viven en el presente sin pensar para nada en el futuro. En realidad, nunca aprenden a expresarse, y sus creaciones quedan atascadas en su interior. Su incapacidad de exteriorizar su expresión personal las lleva a situaciones en las que otras personas las ayudarán a completar sus frases, entrometiéndose así en su desarrollo y en la formulación de sus ideas.

Este problema es fácilmente detectable en un grupo donde hay individuos masoquistas. Cuando les toca hablar de ideas, sólo son capaces de aportar ideas parciales, generalmente a través de frases incompletas. Luego hacen una pausa. Durante esa pausa, vuelven a su interior en busca del resto de la idea que desean formular y expresar. Esta pausa se produce justo en la fase creativa, que es donde sus padres se apoderaron de su idea y la definieron. Normalmente, cuando se produce una pausa en un grupo, algunas personas son incapaces de soportar el silencio e intervienen para ayudar. Esto interrumpe su proceso creativo; los individuos masoquistas se retiran más adentro y tardan más en salir con nuevos datos sobre su idea. Una vez más, alguien se ocupa de llenar el hueco, y ellos se internan más profundamente y se sienten más confundidos. Muy pronto se procede a comentar un conglomerado de ideas ajenas, y en realidad nadie ha escuchado lo que el individuo masoquista tenía para compartir. En este doloroso proceso, se siente controlado por enésima vez.

Desgraciadamente, al cabo de un largo espacio de tiempo, esas personas olvidan lo que tienen dentro porque lo han guardado durante mucho tiempo. Crean un gran mundo interior de ideas y fantasías indefinidas e indiferenciadas. Sólo podrán definirlas si las exteriorizan. Pero, comoquiera que alguien se entrometió en ese proceso, no saben cómo sacar sus ideas, cómo crear. De modo que permanecen encerradas en la prisión de su propio ser, solas y humilladas, resentidas contra el mundo por haberlas confinado allí dentro. Aunque lancen un anzuelo a alguien para provocar una lucha en la que puedan exteriorizar su ira, no les dará resultado. La provocación es otra forma de pedir permiso, y por lo tanto no expresan ninguna autonomía con eso.

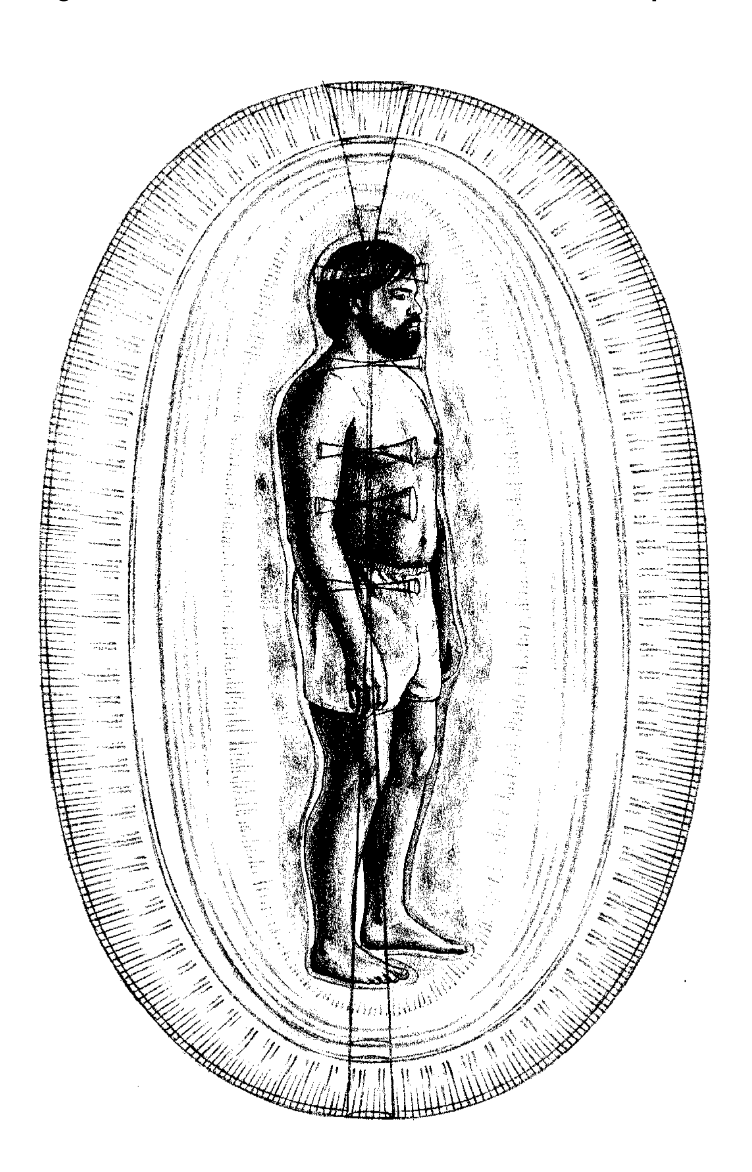
Cómo saber si alguien utiliza una defensa masoquista

Fíjese si esa persona es capaz de aportar ideas sin incurrir en pausas prolongadas. Observe si trata de conseguir inconscientemente que sea usted quien complete sus ideas. ¿Le envía señales contradictorias? ¿Trata de involucrarle diciéndole que intenta mantenerle fuera? ¿Le dice que es «nuestro» problema en lugar de «mi» problema? El modo en que habla e interactúa, ¿refleja una incapacidad de distinguir entre él y usted? ¿Qué sensación nota usted en su plexo solar? ¿Nota como si alguien le cogiera de allí y se enredara entre sus intestinos? Observe que la conversación es pesada. Es seria. ¿Es muy seria? Fíjese si hay una sensación de inercia y humillación suspendida en el aire, una sensación de que usted controla a esa persona y que ella no puede hacer nada sin usted. Ella quiere que le aconseje. No puede avanzar sin usted, pero todas sus sugerencias son erróneas y no la ayudarán. Los individuos masoquistas rechazarán todo cuanto se les sugiera, mientras que los individuos orales asimilarán de buena gana todos los consejos que se les dé y pedirán más.

Las necesidades humanas y espirituales de las personas con una defensa masoquista

Recuerde que debajo de esta actitud de provocación y rechazo, que expresa una falta de autonomía, se oculta el deseo de ser autosuficiente. Los individuos masoquistas necesitan afirmarse como seres humanos individuales que son libres de vivir su vida como deseen. Deben afirmar y expresar quiénes son. Deben concederse permiso para tener y expresar todos sus sentimientos, y luego necesitan aprender cómo hacerlo. Requieren mucho espacio privado y seguro en el que exteriorizar quiénes son y contemplarse en el espejo autoreflejante del mundo físico. (En el capítulo 14 hablé extensamente sobre el mundo fisico como un espejo en el que nos vemos reflejados. Allí describí el mundo fisico como un espejo material que refleja aspectos del ser.) Esas personas necesitan sacar todas sus ideas indefinidas y formularlas en conceptos claros y prácticos que puedan aplicarse a su vida personal. A nivel espiritual, deben identificar su esencia interna como propia y afirmar el Dios individualizado que tienen dentro.

Figura 15-23. La defensa aural de carácter masoquista



¿Cuál es su reacción negativa a la defensa masoquista?

Exploremos a continuación cuál podría ser su reacción negativa ante un hombre o una mujer que se defiende así. Una vez más, describiremos las principales reacciones que tiene la gente ante las defensas de carácter en lo que se refiere a las cuatro modalidades de flujo energético: empuje, tracción, freno y abandono.

¿Qué hace usted cuando interactúa con personas que se retiran en su interior al mismo tiempo que se agarran a usted provocándole, y luego le rechazan? ¿Vuelven luego a tirar de usted, le echan la culpa y le describen cómo se siente, como si fuesen ellas quienes experimentaran esos sentimientos? ¿Se enfada y les repele con fuerza, lanzándoles energía? Si es así, el individuo masoquista le tendrá más miedo y hará más de lo que está haciendo. La próxima vez será más dificil acceder a él, puesto que se encerrará automáticamente en su interior antes de que usted pueda iniciar la conversación. La figura 15-24 muestra lo que podría ocurrir en su campo si se enfada y empuja, y lo que hará el individuo masoquista en respuesta a su ira.

Cuando esas personas se refugian en su interior, ¿reacciona usted sintiéndose abandonado, y trata de introducirse en ellas para sacarlas de donde están? ¡Esto es precisamente lo que hicieron sus padres! Si usted lo hace, el individuo masoquista se esconderá aún más adentro y tardará más tiempo en salir. ¿Qué hará usted entonces? ¿Tirar más fuerte? La figura 15-25 ilustra lo que usted hace cuando se agarra y tira, y cómo reacciona el otro.

¿Se frena e interrumpe su flujo de energía? Cuando usted se para, ¿se sumerge también en su propio interior? Ahora, la otra persona está encerrada en su ser, y usted está en las profundidades del suyo. ¿Tratan de comunicarse a través de esa larga distancia? ¿Se echan de menos cuando hacen esto? ¿O bien usted se halla presente mientras está parado y espera, quizá pidiendo con impaciencia que el otro se apresure a salir? No lo hará. Vea las consecuencias de esta situación en la figura 15-26.

¿Incurre usted en una actitud de negación y admisión? ¿Se limita a permitir lo que ocurre, lo niega y sigue manteniendo una conversación como si no fuese asunto suyo? ¿Cómo se siente cuando esto ocurre? ¿Cansa-

do? ¿Impotente? ¿Confuso? ¿Abatido? ¿Necesita descansar ahora porque no puede hacer nada? ¿Ha conseguido cumplir su objetivo? Lo dudo. Vea la figura 15-27.

¿O bien opta por retirarse de su cuerpo, de modo que usted está fuera de él mientras que la otra persona permanece encerrada en su interior, y nadie se comunica? La figura 15-28 muestra a la persona ausentada y a la interiorizada, que no llegan a conectarse entre sí.

Cómo responder a la defensa masoquista de una forma curativa positiva

La figura 15-29 (en el encarte a todo color) le muestra cómo puede responder con su campo energético para hacer que la gente que adopta la defensa masoquista de esconderse dentro se sienta segura y vuelva a entrar en comunión. Lo primero a tener en cuenta es que, si bien tales personas tratan inconscientemente de que usted las invada para poder superar la invasión que sufrieron en su infancia, no dará resultado. Así pues, lo primero que hay que evitar es complacer al individuo masoquista en un plan tan inconsciente como inútil. Si fuese efectivo, esa persona ya habría resuelto su problema mucho antes, porque estoy segura de que habrá conseguido muchas veces que los demás le complazcan invadiéndole.

El individuo masoquista fue invadido por completo, y usted no deseará recrear la situación que él vivió durante su infancia. Por contra, deberá ser muy prudente para no invadirle con flujos bioplasmáticos o los cordones del tercer chakra. No produzca fujos bioplasmáticos. No se sitúe frente a él ni envíe cordones de su tercer chakra al tercer chakra del otro. No le permita que invada su plexo solar con sus cordones del tercer chakra. Para evitarlo, imagínese una coraza resistente encima de su tercer chakra. Si es necesario, coloque ambas manos sobre el tercer chakra para procurar impedirlo. Es muy importante. Si la otra persona le manda cordones bioplasmáticos, imagínese que su aura está hecha de teflón y que los cordones resbalan hasta el suelo.

Una vez que tenga los bioflujos y los cordones bajo control, empiece a regular la frecuencia de vibración de su campo. Sitúese a un lado de la otra persona, dejándole un espacio suficiente. Colóquese a una distancia prudencial de ella para asegurarse de que los séptimos niveles de sus campos aurales no se entremezclen. Si no puede percibirlo, deje aproximadamente un metro de separación. Debería ser un espacio suficiente; si no es así, aléjese más.

Lleve la frecuencia de su campo a la misma frecuencia del campo del otro. Hágalo imaginándose que usted es él. A continuación, dilate lentamente su campo aural hasta que toque ligeramente el límite exterior del campo de la otra persona. Ella podrá notarlo. Si se acerca, usted sabrá que está un poco demasiado alejado. No se preocupe; deje que el otro determine la distancia. Esta situación será muy cómoda para él, puesto que será semejante a la de su campo, pero alejada y no invasora. Esto le tranquilizará. Usted debe limitarse a estar pasivo y hacer esto. Así proporcionará al otro la seguridad de sentir lo mismo que usted, y el espacio suficiente para salir de su interior.

Permanezcan allí quietos, con sus campos sincronizados, satisfaciendo respectivamente su esencia interna. Al mismo tiempo, sientan su propia esencia y dejen que llene su campo. Una de las cosas que podrían ocurrir en esta configuración es que ambos se sientan iguales, que los cordones de los terceros chakas salgan de cada uno de ustedes y se encuentren a medio camino entre los dos. Esto es la comunión auténtica, y cada uno de ustedes experimentará una conexión incontrolada. No lo hagan intencionadamente; dejen que ocurra de un modo espontáneo.

Las consecuencias de una respuesta curativa positiva

Si usted es capaz de cumplir al menos una parte de la tarea que acabo de describir, habrá ayudado a su amigo de carácter masoquista a descubrir que el mundo no es un lugar que sólo controla a la gente. Le habrá ayudado a tener una experiencia de su propia,esencia y de hasta qué punto es distinta a la de usted. El se sentirá respetado. Usted le habrá concedido todo el espacio necesario para expresarse, sin llenar los huecos que él necesitaba para encontrarse a sí mismo o dar con su siguiente idea. De este modo, él aprenderá el proceso creativo que se despliega desde su interior. Entonces será capaz de liberarse para crear la vida que desea.

Así pues, la próxima vez que un ser querido le provoque y le rechace para obtener libertad, concédale suficiente espacio para que la encuentre. Le dará el mayor regalo que se pueda pedir, la vuelta a casa del verdadero ser: el camino hacia la afirmación de quien es, y la esencia de su núcleo. Será capaz de pasar del presente perpetuo e inmutable al futuro, basándose en lo que ha aprendido en el pasado. Experimentará el ahora como un momento en cambio y evolución constante. Sólo a través de la relación se le puede brindar la oportunidad de identificar su núcleo y unicidad, porque necesita el núcleo de cualquier otra persona con el que compararse.

Figura 15-24. La defensa masoquista y una reacción de empuje

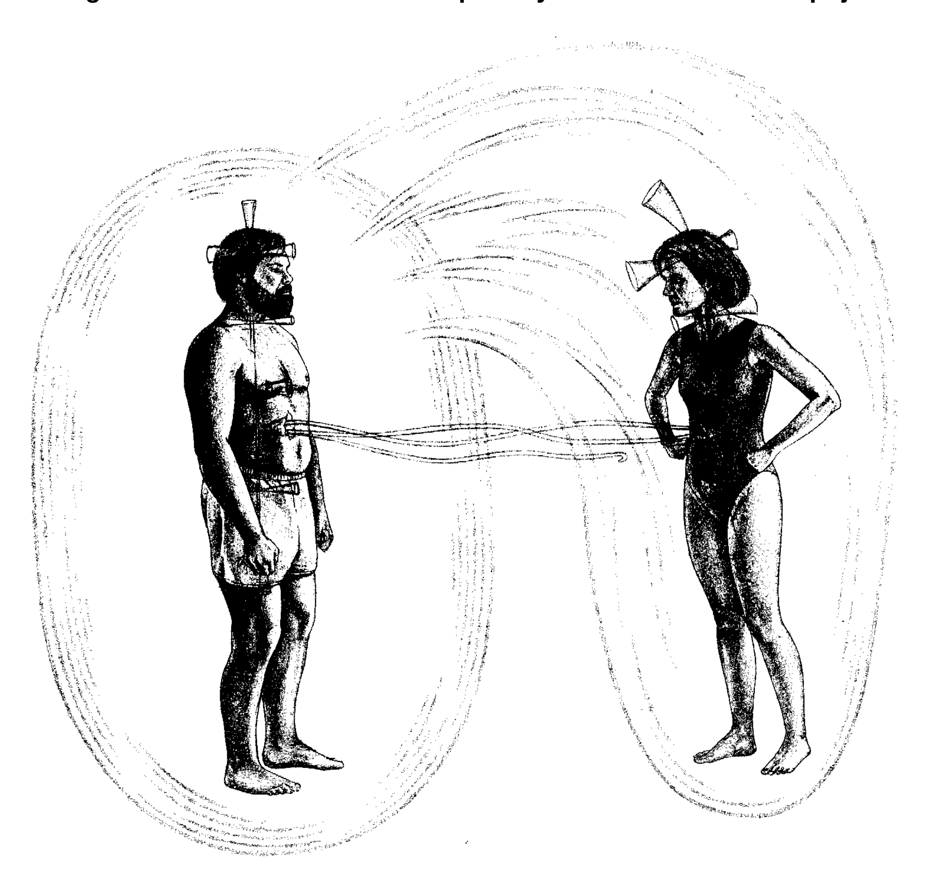


Figura 15-25. La defensa masoquista y una reacción de tracción

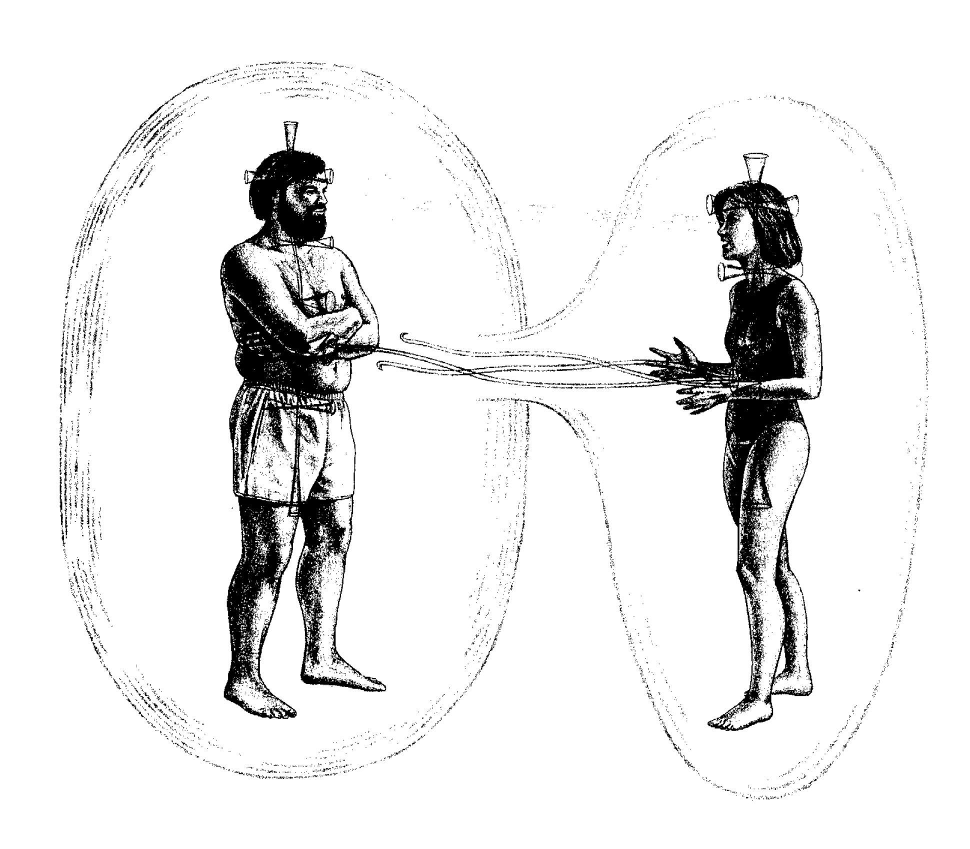


Figura 15-26. La defensa masoquista y una reacción de freno

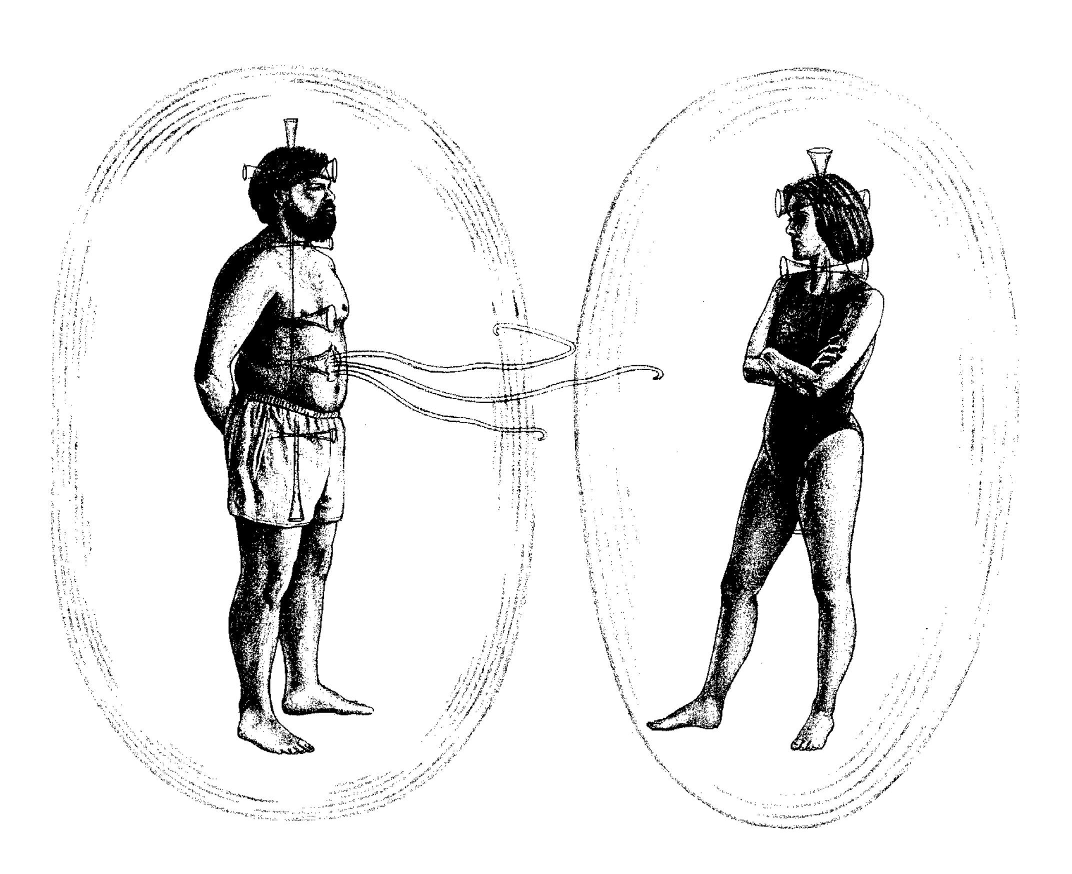


Figura 15-27. La defensa masoquista y una reacción de admisión o rechazo

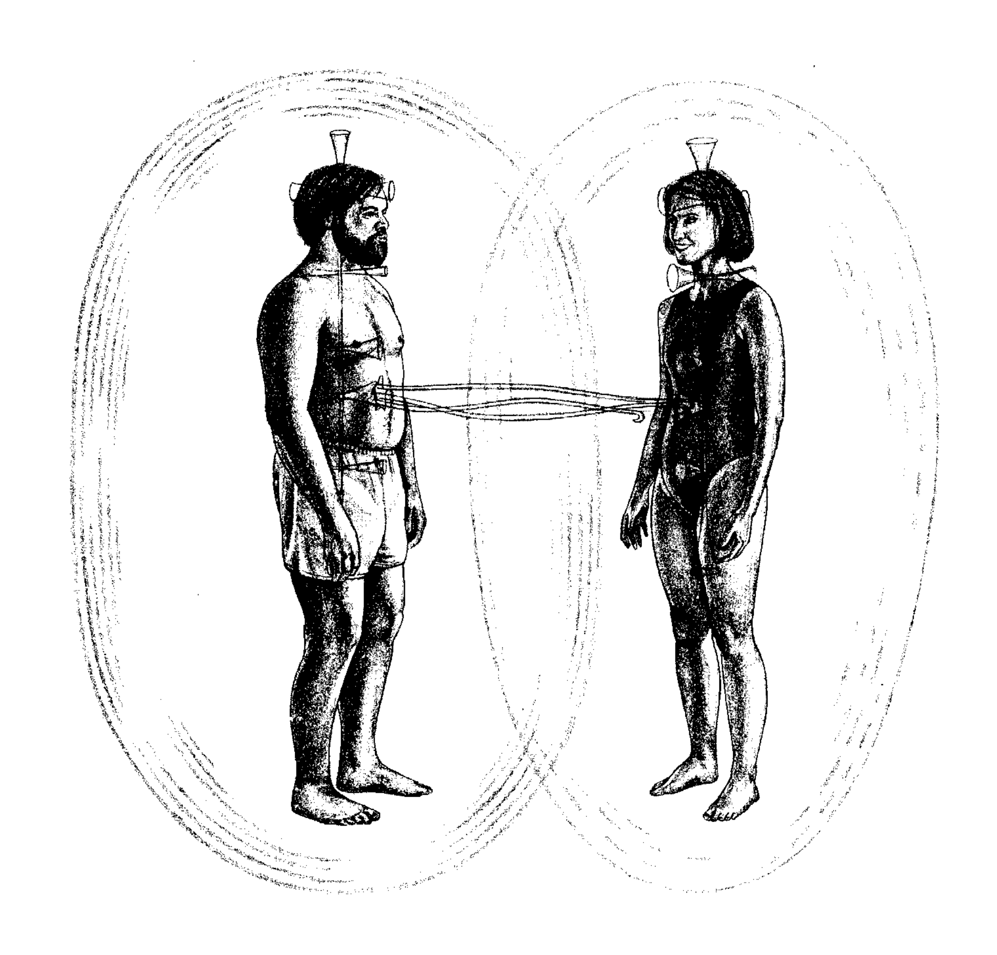
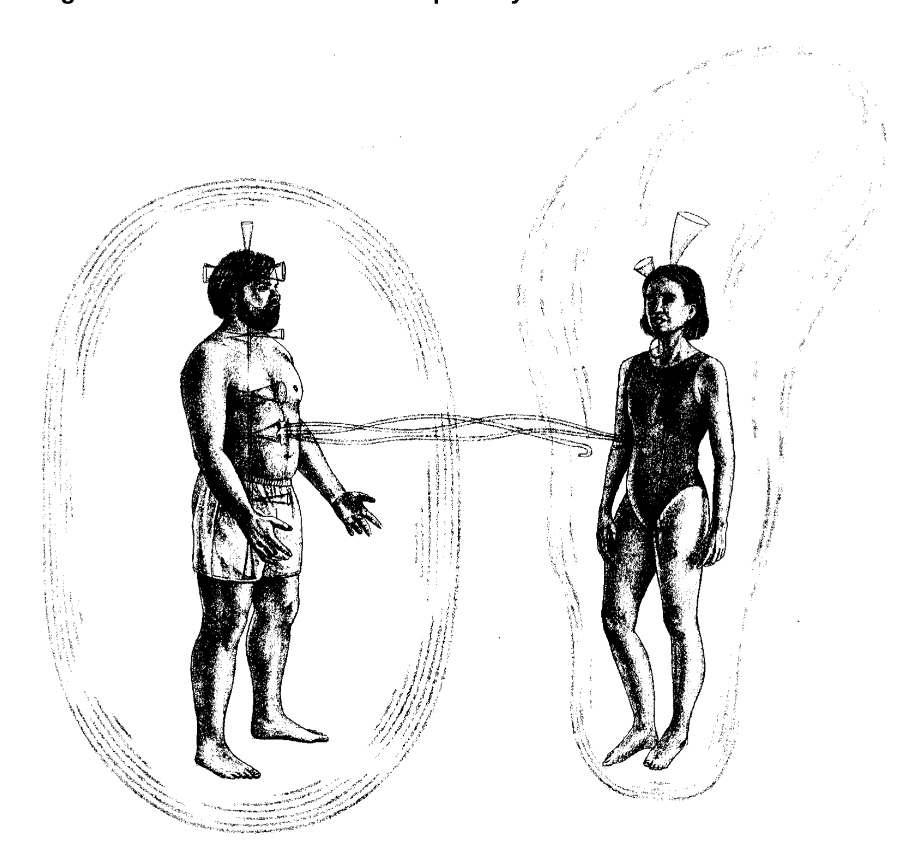


Figura 15-28. La defensa masoquista y una reacción de abandono



Cómo abandonar una defensa masoquista

Si se sorprende utilizando una defensa masoquista, flexione las rodillas y respire. Arráiguese en la Tierra, y deje que la energía suba desde ésta a través de su segundo chakra. Deje que la enorme energía que retiene empiece a fluir en su campo permitiéndose sentirse conectado a todo cuanto le rodea. Ponga su mano sobre el tercer chakra para protegerse. Si se siente atado a alguien a través del tercer chakra, imagínese tirando de los cordones que van de su tercer chakra a la otra persona para que se suelten de ésta y regresen a usted. Deje que esos cordones se conecten a su estrella del núcleo, visualizándolos y sintiéndolos mientras lo hacen. Esto concentrará su atención en la esencia de su núcleo. Mantenga su atención allí, y quédese consigo mismo concentrándose en su propia fuerza interior. Repita uno de los mantras que siguen: «Soy libre, soy libre», o «Yo controlo mi propia vida».

Usted es muy complicado, y sus ideas son complicadas y requieren tiempo para incubarlas. Saldrán pieza por pieza, como se confecciona un rompecabezas. Le recomiendo fervientemente que utilice un diario personal en el que plasmar sus ideas. Deje que manen una a una, a su ritmo. No trate de encontrarles un sentido de inmediato. No surgirán de un modo lineal; no es así como funciona usted. Serán más holográficas. Es posible que tarde dos años o más en completar todo el cuadro. Durante ese tiempo, no muestre su diario a nadie. No necesita que nadie interprete sus ideas mientras están tomando forma. Eso no haría más que desviarle del buen camino. Sólo después de echar un detenido vistazo al espejo de reflejos materiales que es su diario, en cuanto esté listo y haya experimentado el cuadro completo, podrá compartirlo con quien quiera. Dése satisfacción y respete aquello que se merece.

El sistema de defensa del carácter rigido

El problema principal de la defensa rígida

El mayor problema de las personas que adoptan defensas de carácter rígido reside en la autenticidad. Esto es consecuencia de la separación respecto a su esencia interna y de una concentración absoluta en conservar el aspecto de su mundo exterior en perfectas condiciones. Esta escisión se mantiene con una intensidad tal, que no tienen idea de que exista una esencia interna. Las personas dotadas de defensas de carácter rígido han pasado por muchas vidas en las que han tenido que asumir la apariencia de ser perfectas, sin fallos ni debilidades, para poder sobrevivir. Es probable que los individuos rígidos estuvieran entonces a cargo de dirigir la situación, como es posible que lo hagan ahora.

Al crecer, hubo una gran cantidad de negación en su mundo personal interior. Cualquier experiencia negativa era negada lo antes posible, y se concentraban en un falso mundo positivo. Ocurriera lo que ocurriese en el seno de la familia, ya fuesen discusiones, enfermedades, alcoholismo o tragedias personales, a la mañana siguiente todo estaba olvidado. Se servía una comida excelente, v el niño era enviado a la escuela vestido con un atavío impecable para destacar. La filosofia consistía en centrarse en lo bueno y negar lo malo. Esto niega la sensibilidad del niño, que piensa inconscientemente: «No hay nada de qué preocuparse. En realidad, la pelea de anoche no existió. En realidad, mamá no tiene cáncer. ¡Todo ha sido fruto de mi imaginación!». La única manera de hacer esto pasa por negar el verdadero ser que experimenta los sucesos negativos de una forma personal. Puesto que no ocurrieron, la persona que los experimentó no es real, tan sólo imaginó esos hechos. En otras palabras: no los siente, no son reales.

Los padres hacen esto de un modo que no invade directamente los límites de sus hijos ni utiliza la humillación para controlar, como hacen los padres de los niños masoquistas. En este caso, se controla todo el entorno exterior para crear una falsa ilusión de perfección. Se trata y enseña a los niños para que actúen según la ilusión superficial de perfección. Se les enseña a vestir bien, a lavarse los dientes, a hacer bien sus deberes, a acostarse a la hora oportuna, a desayunar como Dios manda, etcétera.

Así pues, para resumir el mundo del individuo rígido, el mundo exterior es perfecto, el mundo psicológico interior es negado, y la esencia interna no existe. Debajo de la máscara -o podríamos decir la fachada dorada- de la gente con defensas de carácter rígido se oculta el temor vago y distante de que algo falla y la vida pasa de largo. Pero no están seguros. A fin de cuentas, quizá esto es lo único que hay.

La acción defensiva que adopta el individuo rígido contra el miedo

Como consecuencia de su miedo a un mundo personal sin sentido e insatisfactorio, la acción defensiva de los individuos rígidos apunta a ser aún más perfectos. Destacan en el trabajo, tienen una pareja ideal y una familia modélica. Ganan mucho dinero. Visten bien..., todo encaja. Lo hacen todo correctamente. Su cuerpo físico parece equilibrado y sano. Regulan muy bien el campo aural, que se muestra equilibrado y sano. La mayoría de sus chakras funcionan bien. Se conectan adecuada y fácilmente con los demás a través de los cordones de sus chakras. Rara vez envían flujos bioplasmáticos a los demás.

Con el fin de ser perfectos, producen dos escisiones internas muy severas. Controlan todos los efectos externos de las respuestas emocionales para que aquello que tiene lugar dentro de ellos en el nivel psicológico quede separado del mundo exterior. Y apartan su esencia interna más profunda de sí mismos. De hecho, tales personas ignoran la existencia de su esencia interna. La figura 15-30 muestra la defensa rígida.

Los efectos negativos de la acción defensiva rígida

Esas acciones defensivas sólo consiguen que el individuo rígido se vuelva menos auténtico y el mundo pierda sentido. Todos envidiamos a esa gente por su vida aparentemente perfecta y sin problemas. No tienen que acudir a nadie en busca de ayuda. Al contrario, son los demás quienes les confian sus problemas a ellos. Parece que pueden hacer cualquier cosa. Se ocupan de muchas cosas, las hacen bien y jamás se hunden, pero no obtienen mucha satisfacción de ello, porque no parece que sean ellos quienes hacen tales cosas. Esas personas parecen estar en blanco.

Experimentan el tiempo en una progresión lineal que no vuelve a experimentarse jamás. A veces pueden tener la sensación de que están siendo arrastrados inevitablemente por este curso temporal. Otras veces, el tiempo se les escapa, llevándose consigo todo cuanto integra la vida. Psicológicamente, sienten muchas cosas por dentro, pero no las expresan externamente. Por esta razón, no están seguros de si sienten o no.

No poseen absolutamente ningún indicio de la existencia de su esencia interna. O bien han oído hablar de ella, o no es más que un engañabobos. No conocen ninguna forma de alcanzar su núcleo sin ayuda de alguien, ya que siendo niños nunca se les confirmó como algo real. Ni siquiera son capaces de imaginar cuál es su núcleo. Lo único que falta en la vida de esos individuos es ellos mismos.

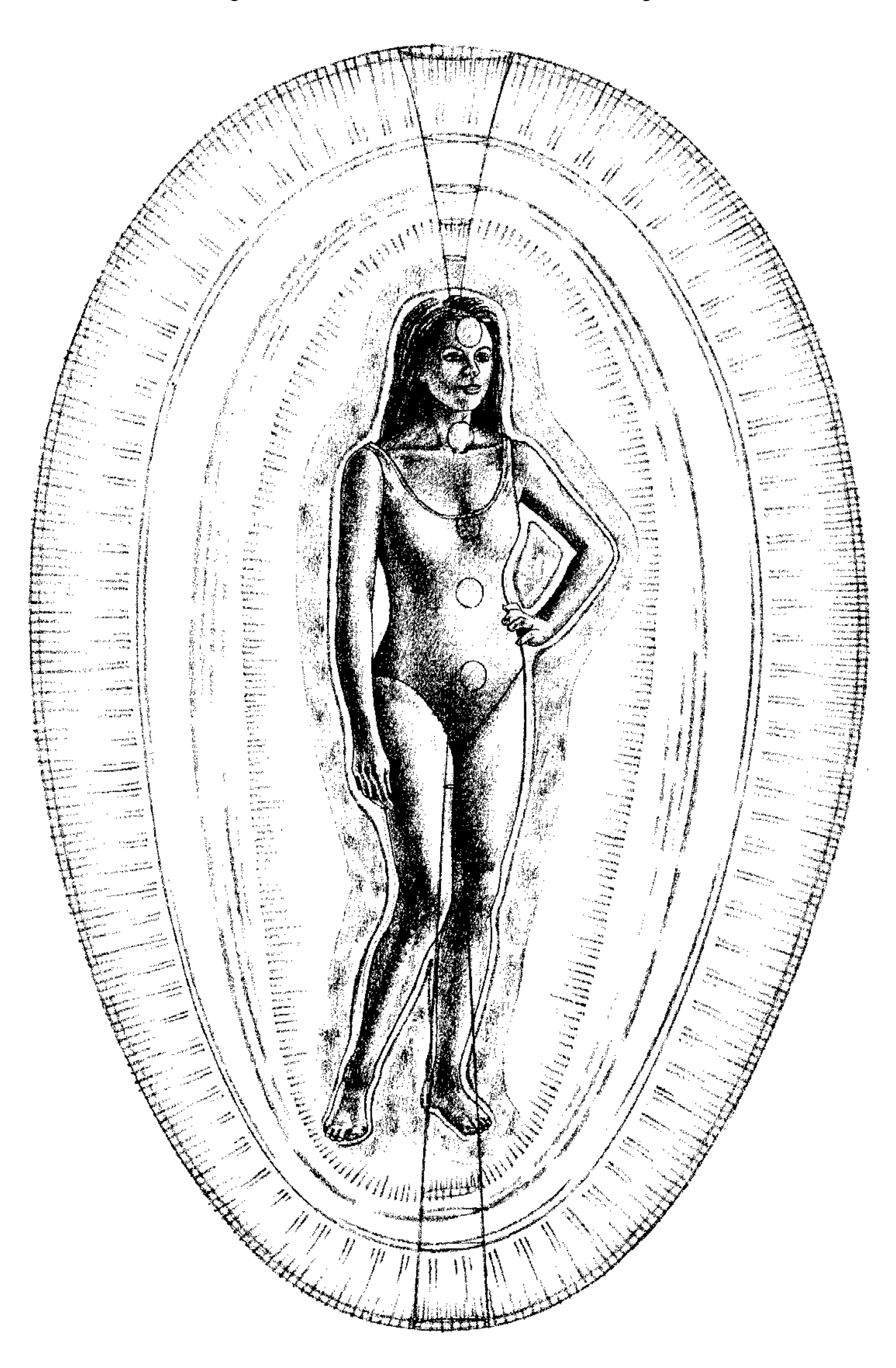
Como consecuencia de no experimentarse a sí mismos como algo real, les resulta imposible integrar su corazón y su sexualidad. Estos dos aspectos no funcionan al mismo tiempo. Aman a una persona ideal que no existe, por lo que tienen relaciones sexuales breves en su búsqueda de la pareja perfecta. Son proclives a tener aventuras que no van más allá de la fase inicial del eros. Entonces empiezan a fijarse en las imperfecciones de la pareja -no es su hombre o su mujer ideal-, y la relación toca a su fin. O bien incurren en otra negación, y la negación comienza a orientarse hacia el exterior. Lo que ocurre en realidad es que son incapaces de mantener una relación personal intensa porque no pueden acceder a la esencia interna de su núcleo. Necesitan otra distracción externa.

Cómo saber si alguien utiliza una defensa rígida

La mejor manera de determinar si alguien emplea defensas rígidas consiste en evaluar su autenticidad. La persona con quien usted está hablando, ¿está implicada de un modo personal con lo que sucede? ¿O bien está completamente ausente de la conversación y ha puesto el piloto automático? ¿Puede manejarlo todo, y sin embargo usted tiene la sensación de que la persona real no está presente? ¿Es el tipo de persona que no

muestra nunca ningún defecto? O, sea cual fuere el problema, ¿es capaz de solventarlo de una forma perfecta y adecuada? ¿Todo es absolutamente razonable, y sin embargo usted no puede acceder a esa persona? ¿Cree usted que la imagen que recibe de ella está completa? Si echa de menos esa autenticidad, probablemente se está comunicando con alguien que adopta una defensa de carácter rígido.

Figura 15-30. La defensa aural de carácter rígido



Las necesidades humanas y espirituales de las personas con una defensa rígida

La necesidad humana de quienes usan defensas de carácter rígido consiste en ser reales en vez de convenientes. Necesitan abandonar su negación y expresar sus sentimientos internos al exterior. Deben dejar de controlarse para ser perfectos y acceder al miedo que se oculta debajo de su perfección para que puedan curarlo. Tienen miedo de no ser reales, no saben quiénes son y necesitan averiguar quiénes son en realidad. Deben experimentar el tiempo en el presente y no sólo el tiempo lineal. A nivel espiritual, necesitan experimentar su esencia interna, cuya existencia desconocen. La única forma de poder satisfacer sus necesidades humanas consiste en experimentar su esencia interna. En cuanto lo hagan, todo llegará a la vez.

¿Cuál es su reacción negativa a la defensa rígida?

Exploremos ahora cuál podría ser su reacción negativa ante alguien que se defiende de este modo. Una vez más, utilizaremos la reacciones principales que la gente demuestra ante las defensas de carácter en lo que respecta a las cuatro modalidades de flujo energético: empuje, tracción, freno y abandono.

¿Qué hace usted cuando interactúa con alguien que no es auténtico? ¿Se enfada porque en realidad esa persona no está presente, y le envía más energía? Si es así, el otro le tendrá aún más miedo y se volverá más perfecto. Hasta es posible que se interese por saber qué problema tiene usted para poder ayudarle. Esta es una buena manera de negar el miedo. Si resulta, y usted habla de su problema, le será más dificil acceder a esa persona la próxima vez, ya que estará dispuesta a desviar la conversación hacia usted. La figura 15-31 muestra lo que podría ocurrir en su campo cuando usted se enfada y presiona, y cuál puede ser la reacción del otro a su ira.

¿Reacciona usted sintiéndose abandonado y aferrándose a esa persona? ¿Tira de ella? Si es así, el individuo rígido reforzará todavía más sus dos muros interiores, se alejará más y se volverá aún más eficiente y razonable. ¿Qué hará usted entonces? ¿Tirar más fuerte y desconcertarse porque el otro lo niega? La figura 15-32 ilustra lo que usted hace cuando se agarra y tira, y cómo reacciona la otra persona.

¿Se frena e interrumpe su flujo energético? Cuando usted se para, ¿se sumerge en las profundidades de su ser para alejarse de la falsedad de la conversación? ¿Se desconecta del otro y finge escucharle mientras piensa en cualquier otra cosa? De este modo, la otra persona está alejada en su interior mientras usted permanece encerrado en su fuero interno. ¿Se echan de menos cuando hacen esto? ¿O bien usted se encuentra presente mientras está parado y se limita a esperar? Ahora, los dos son falsos. Vea las consecuencias de esta situación en la figura 15-33.

¿Incurre usted en la admisión y negación? ¿Se limita a aceptar lo que ocurre, lo niega y sigue manteniendo una conversación como si ésta aconteciera de veras, perdiendo así su tiempo? ¿Ha podido cumplir su objetivo? ¿Se ha comunicado con su amigo? ¿Ha llegado a conocerle mejor? ¿Se ha producido la fusión entre ambos? Lo dudo. Vea la figura 15-34.

¿O bien opta por abandonarse, de modo que una persona falsa se muestra perfectamente razonable con otra que no está allí para comunicarse? La figura 15-35 ilustra esta situación.

Cómo responder a la defensa rígida de una forma curativa positiva

La figura 15-36 (en el encarte a todo color) le enseña cómo puede ayudar a las personas con defensas rígidas a sentir la realidad de su propia esencia interna. Esta respuesta es la más dificil, porque requiere de usted una gran capacidad para experimentar su propia esencia y la del otro. Pero estoy segura de que podrá aprenderla con un poco de práctica.

Lo primero que hay que recordar es que, puesto que un individuo rígido cuenta con un campo aural sólido y equilibrado, con unos límites bien definidos, no cabe preocuparse por éstos. Así pues, sitúese cerca de él. Existen muchas posibilidades de que el otro se sienta más a gusto estando cerca de usted. Tampoco debe preocuparse de controlar sus flujos bioplasmáticos o la frecuencia de vibración de su campo. Pero el hecho de inducirse en un estado de atención y aceptación afectuosas ayuda en gran medida. Lo que usted debe hacer es aprender a sentir su propia esencia interna y llenar todo su campo aural con ella. El capítulo 17 presenta algunos ejercicios específicos que le enseñarán a llevar la esencia interna a su campo aural. Por favor, practíquelos para aprender a hacerlo.

En cuanto haya hecho eso, podrá sentir la esencia de la otra persona al mismo tiempo que percibe la suya propia. Para conseguirlo, centre su atención en la estrella del núcleo, que está situada unos cuatro centímetros por encima del ombligo, en el eje central del cuerpo físico. Cuando concentre su conciencia allí, podrá experimentar la esencia del otro. Una vez que sepa cómo es, ponga las manos sobre la región superior del pecho de su amigo y sienta su esencia allí. La única manera de poder percibir la esencia de otro es mediante la suya propia, por lo que usted hace eso automáticamente. Mantenga su esencia en el límite de la esencia de la otra persona para sentirla. Ahora describa lo que nota, manteniendo las manos sobre el pecho de su amigo. Invítele a percibir la diferencia entre su esencia y la de usted. Se trata de una tarea muy delicada y sutil, que requiere mucha paciencia. Si usted retrocede, él se retirará. No olvide que esto es muy importante para él. Así pues, concédale tiempo.

Figura 15-31. La defensa rigida y una reacción de empuje

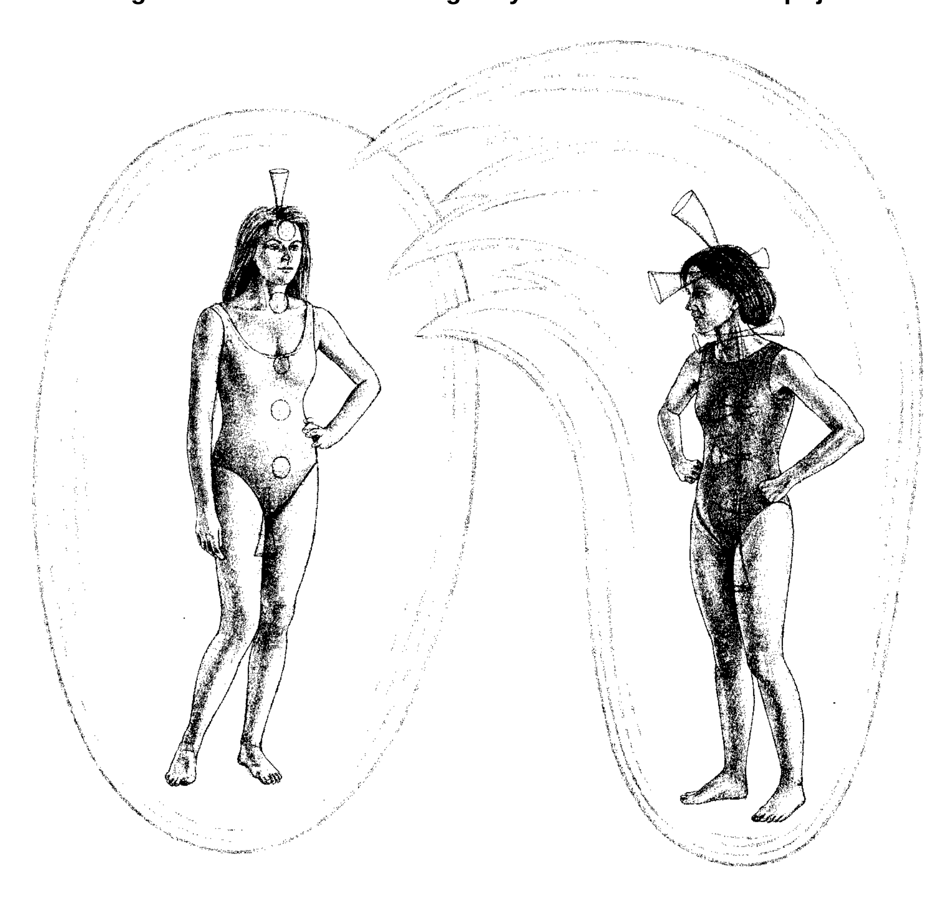


Figura 15-32. La defensa rígida y una reacción de tracción

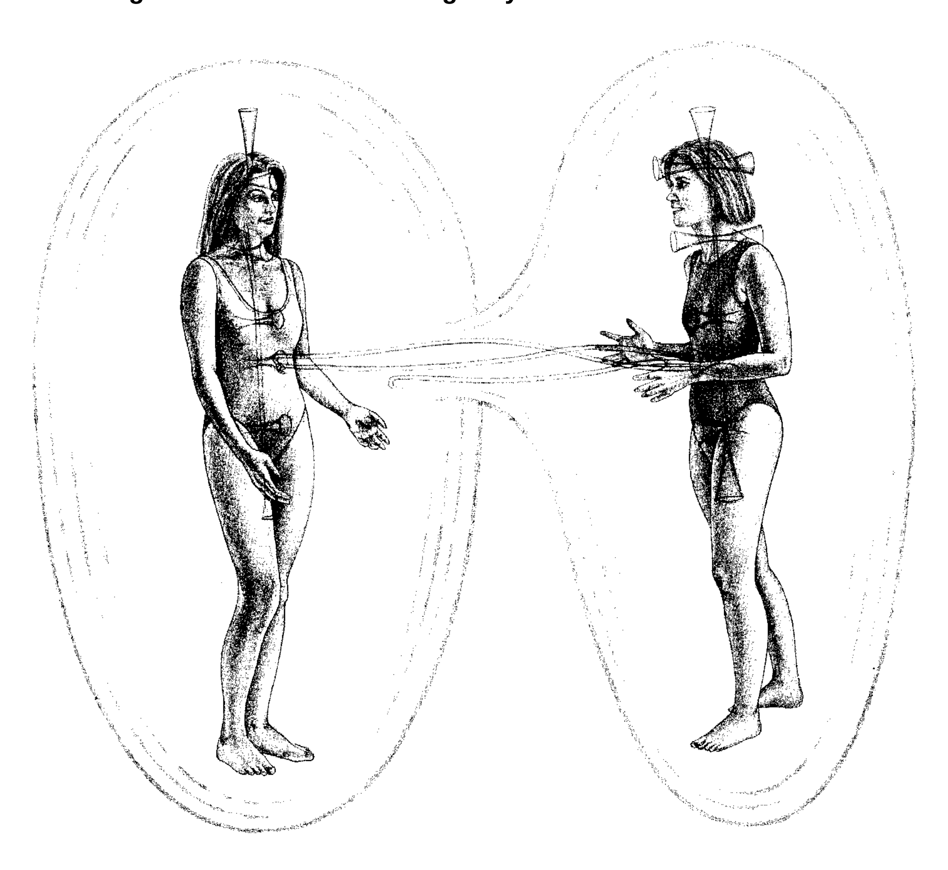


Figura 15-33. La defensa rígida y una reacción de freno

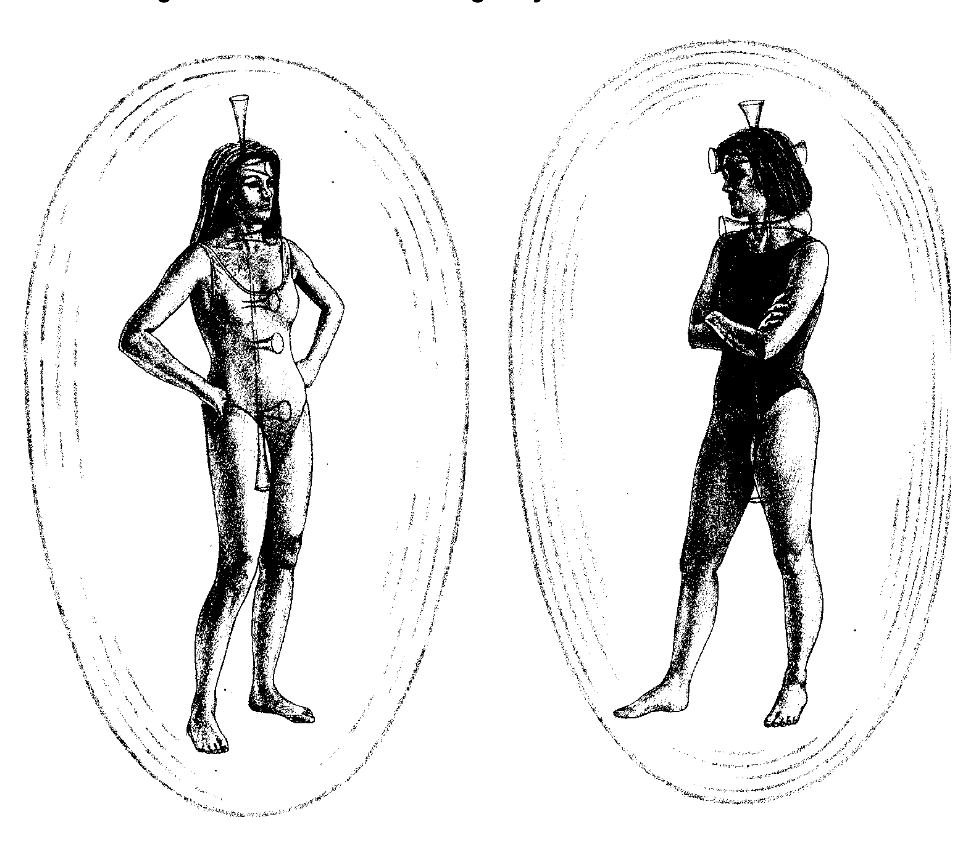


Figura 15-34. La defensa rígida y una reacción de admisión o rechazo

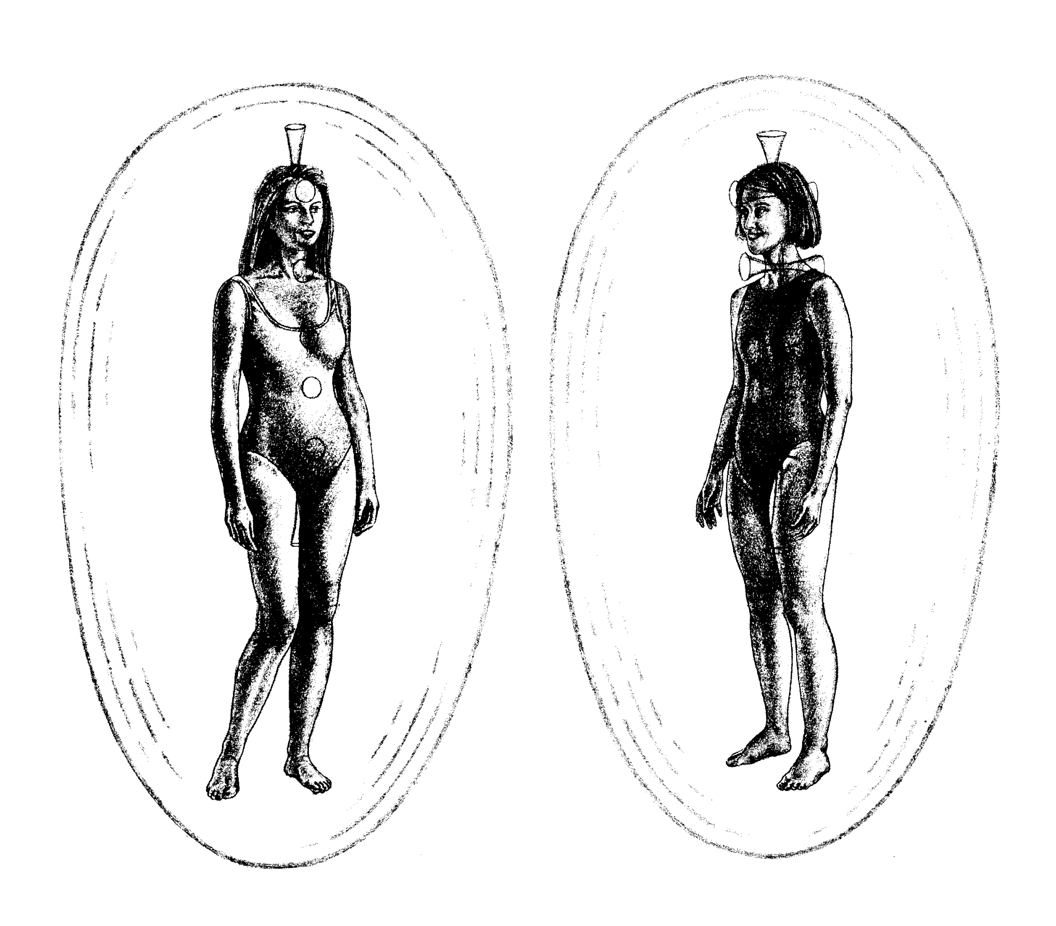
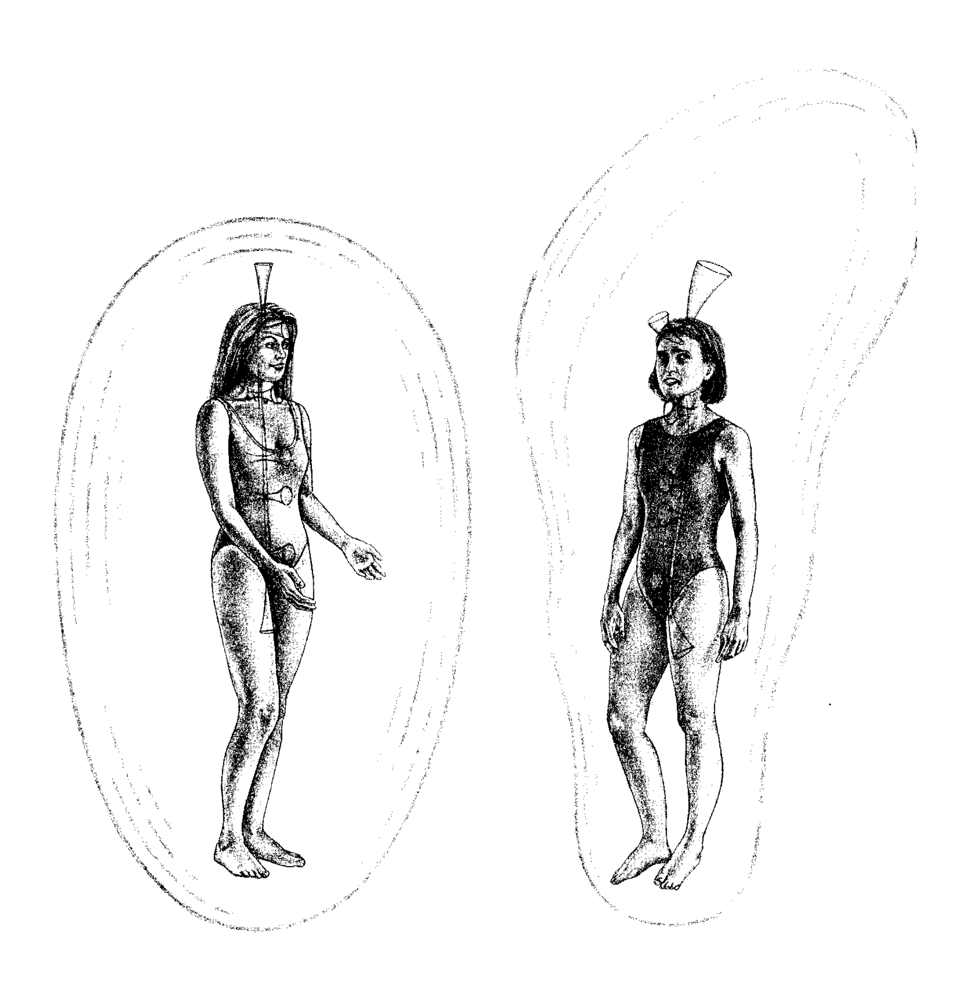


Figura 15-35. La defensa rígida y una reacción de abandono



Las consecuencias de una respuesta curativa positiva

Si es usted capaz de cumplir al menos con una parte de la tarea que acabo de describir, habrá ayudado a su amigo a descubrir su esencia interna, quizá por primera vez desde su más tierna infancia. Jamás había tenido la experiencia de ver confirmada su esencia. No poseía un marco en el que experimentar su esencia porque no existió nunca en la educación que le dieron. En efecto, usted le ha presentado el espejo reflector para que él pudiera encontrar su individualidad. El individuo rígido sólo puede encontrar la individualidad experimentando su esencia.

Cuando usted haga esto, todo cambiará. Él será capaz de apearse del curso inexorable del tiempo y quedar en presencia del ahora, que abarca la totalidad del tiempo. Será capaz de expresar sentimientos porque sabrá quién es el autor de éstos, y eso le hará auténtico. Podrá ser conveniente y auténtico a la vez. Conectará su sexualidad y su corazón a través de su esencia interna porque ésta reside en ambos aspectos. Tendrá una personalidad propia y sabrá quién es.

La próxima ocasión en que su amigo abandone la conversación para refugiarse en el perfeccionismo, es lícito que usted reaccione de una forma negativa. Pero tan pronto como se dé cuenta de ello, respire profundamente, doble las rodillas y arráiguese en la Tierra. Sienta su propia esencia, y llene su campo con ella. Acérquese más, pida permiso para tocar y explique lo que quiere hacer. Entregará a su amigo un valioso regalo. Porque sólo en la comunión de ser tocado y tocar en el nivel de la esencia interna puede el individuo rígido cumplir su misión más importante en la Tierra: conocer al Dios individualizado que lleva dentro.

Cómo abandonar una defensa rígida

Si se sorprende evadiéndose de una conversación que mantiene con alguien, deténgase, concéntrese en sí mismo y lleve su atención a su estrella del núcleo, situada unos cuatro centímetros por encima del ombligo, en el eje central del cuerpo. Permanezca allí hasta que se sienta a sí mismo. Luego, con mucha delicadeza, devuelva ese ser a la conversación. Repita el mantra: «Soy real. Soy real. Soy luz». Quedará asombrado ante los resultados.

Observaciones aurales de una pareja en una discusión y cómo la resolvieron energéticamente

Un buen ejemplo de una pareja que pasó de un choque defensivo a una sincronización curativa ocurrió una noche en que visité a unos amigos míos. Cuando llegué, hacía unos días que andaban metidos en un problema. En cuanto empezaron a relatarme sus respectivas posturas, observé cómo interactuaban sus campos. Veamos qué sucedió:

El marido, que adoptaba una acción defensiva oral, se quejaba de que quería y necesitaba más contacto y relaciones íntimas. La esposa se refugió en su defensa psicópata y argumentó que ya tenían mucho contacto. Ella empezó a actuar sutilmente como si el problema fuese de su marido, tratando de inducirle a explicarse extensamente. Ella escuchaba mientras él intentaba explicarse, pero al mismo tiempo se apartaba energéticamente de él. Primero, ella retiró su campo; luego empezó a desconectar sus flujos de energía bioplasmática que les conectaban entre sus corazones y sus terceros chakras.

Esto le desconcertó. Ella parecía escucharle francamente, pero al mismo tiempo se alejaba energéticamente de él, en el preciso instante en que él trataba de recibir más energía de su esposa. Vea la figura 15-37.

Mientras el marido seguía intentando explicar su situación, iba incurriendo en la defensa oral cada vez más. Estaba más y más confuso, y menos seguro de que aquello de que hablaba fuera real. La mujer reforzó su defensa psicópata desconectando su campo del de su marido. Ella hizo ascender un cúmulo de energía por su espalda y empezó a emitir un flujo bioplasmático agresivo desde ésta, por encima de la parte superior de su cabeza hacia la cabeza de él, en un intento por controlarle, negar su realidad y, sin embargo, permanecer conectada de la forma agresiva en la que se sentía segura. Ella era inconsciente de hacer esto.

Su reacción aural a los alegatos de su marido demostraban que tenía miedo de ellos y de su deseo de más relaciones íntimas. Utilizó su postura defensiva psicópata para controlarle retirando su energía y aparentando, al mismo tiempo, estar allí para él, con el fin de no sentir su miedo. Como consecuencia de sus acciones energéticas, él empezó a dudar que hubiese algo de verdad en lo que estaba diciendo. Quizá no era más que «el fruto de su imaginación». La defensa de ella consistía en convencerle de que el problema no era real para no tener que afrontarlo. Inconscientemente, la mujer negaba sus propias percepciones. En algún lugar de su fuero interno, sabía que él tenía razón y lo que decía era muy real, pero ella lo borraba de su conciencia. Sólo era consciente de ser «útil», de tratar de comprender lo que él estaba diciendo. Al acumular su energía en la parte posterior de su cuerpo y en los chakras de la voluntad, la esposa utilizaba su voluntad para estar allí con él, pero sin permitirse tener sentimientos ni ser vulnerable. Si dejaba que su energía se desplazara a la parte anterior de su cuerpo, percibiría sus sentimientos y su vulnerabilidad. Esto la induciría a una relación más íntima. Pero una relación más íntima implicaría para ella descender a los niveles más profundos de sí misma, adonde temía ir.

A medida que este proceso se perpetuaba, el marido empezaba a tener miedo. Desde su tercer chakra, envió un gancho al tercer chakra de ella y empezó a aferrarse y a absorberle energía para impedir que ella siguiera desconectándose y abandonándole. La mujer reaccionó proyectando más flujos por encima de la cabeza para

controlarle. Vea la figura IS-38. Cuanto más se atrinchera cada persona en su defensa, tanto más se distorsionan sus campos energéticos.

Cuanto más se distorsiona un campo energético, más incurre una persona en una imagen negativa sobre la realidad, menos presente está esa persona y menos capaz es de vincularse a lo que ocurre en el ahora. En el caso de mis dos amigos, cuanto más se defendía cada uno de ellos, más dolorosa resultaba la situación. Cada vez quedaba menos de cada persona real al mismo tiempo que se intensificaban sus defensas.

Llegados a este punto, yo describí lo que estaban haciendo sus campos para que se sintieran peor. Ambos se pusieron a trabajar para hacer regresar sus campos a su interior, concentrarse en su núcleo y arraigarse en la Tierra. Yo leía sus campos mientras ellos trabajaban, guiándoles hacia sus centros respectivos. Cuando ya estaban concentrados y arraigados, cada uno empezó a alinearse y a intensificar su línea del hará. Luego trabajaron juntos en cada uno de los niveles del campo, despejándolo, equilibrándolo y cargándolo. Mientras yo leía sus campos energéticos y les guiaba, ellos hicieron subir la esencia de la estrella del núcleo a través del nivel del hara y de todos los niveles del campo. Para cuando se hizo esto, las defensas habían desaparecido. Cada campo era coherente, y la habitación estaba impregnada de la esencia de ambos.

Entonces ocurrió lo más maravilloso que he presenciado nunca entre los campos de dos personas. Vi que todos los amplios arcos de bioplasma de colores que fluía entre ellos se disipaban. El resultado fue dos personas con campos coherentes, que vibraban a su propia frecuencia y estaban sincronizados entre sí. Estaban en comunión sin un intercambio de flujo energético. No había dependencia alguna. Tan sólo había expresión personal, con aceptación, reconocimiento y deleite mutuos. Esta hermosa danza de luz continuó durante algún tiempo. Todos estaban en éxtasis. Esta situación se ilustra en la figura 15-39, en el encarte a todo color.

Esta fue la única vez en que he visto algo parecido. Creo que fue un estado de relación inusual, que todos anhelamos y nos esforzamos por alcanzar, un estado que quizá sea habitual en el futuro. Nos induciremos automáticamente en él cuando aprendamos a creer en nosotros mismos y en el núcleo de nuestro ser, como también a aceptarnos, respetarnos y deleitarnos mutuamente en nuestras diferencias.

Figura 15-37. El campo aural de una pareja en defensa

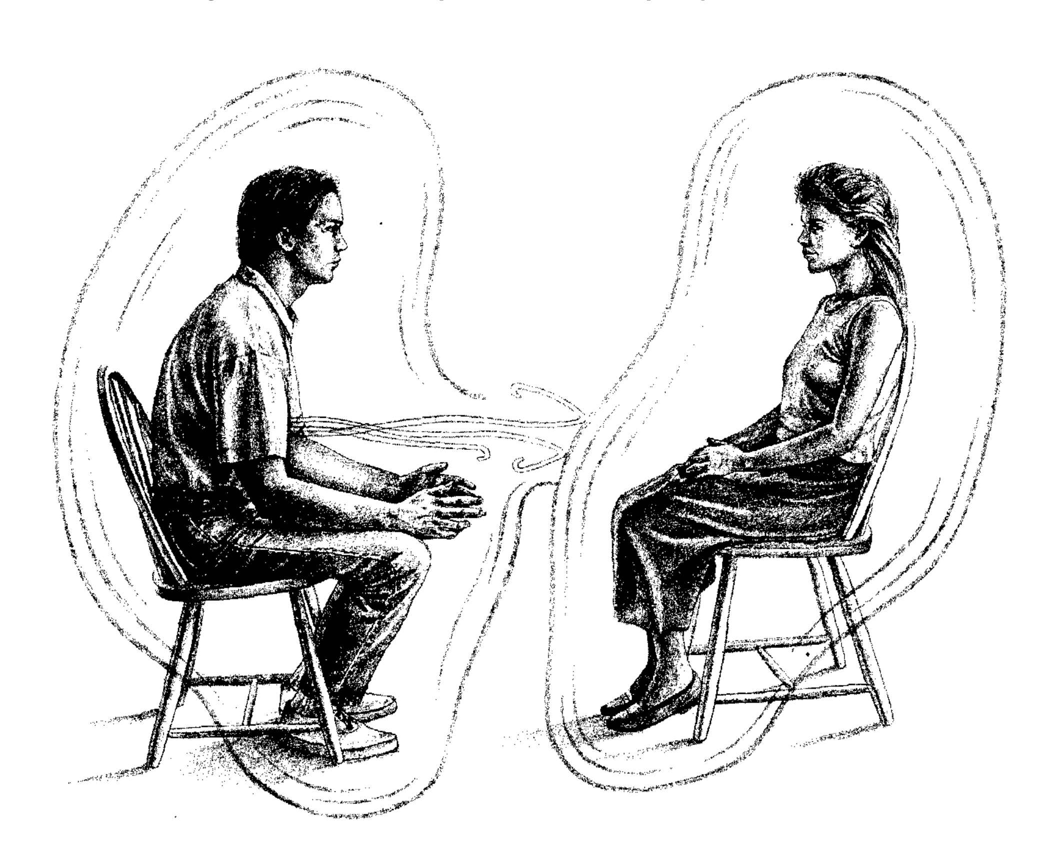
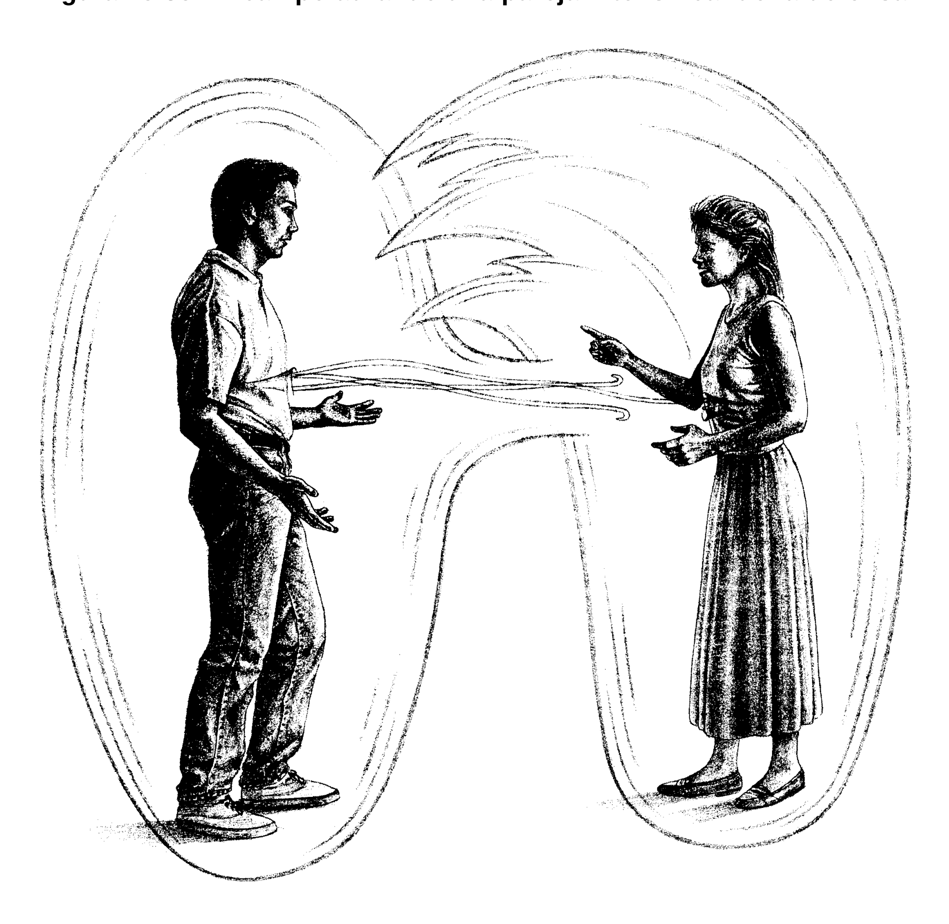


Figura 15-38. El campo aural de una pareja intensificando la defensa



Introducción a Curación mediante el perdón

Me gustaría cerrar este capítulo con una de las meditaciones curativas más poderosas de cuantas me ha brindado Heyoan. Es la meditación de «curación mediante el perdón». Esta meditación le inducirá a una contemplación profunda con la que podrá sanar las heridas internas que conserva de pasadas relaciones. El factor más importante en la curación de antiguas heridas en las relaciones es el perdón.

Por norma general, somos más conscientes de no poder perdonar a otra persona que de no poder perdonarnos a nosotros mismos. Todos hemos comprobado el efecto que nos produce el hecho de perdonar a alguien que nos ha herido. Las más de las veces, recordamos situaciones dolorosas en las que alguien nos ha hecho daño y hemos echado la culpa al otro.

Nuestro reproche es superficial; más adentro, suele haber una culpa punzante que quizá no admitimos. Muchas veces, la otra persona no experimentó la situación igual que nosotros, y es posible que ni tan siquiera sepa que nos hizo daño. De hecho, en determinadas ocasiones el otro cree que deberíamos disculparnos para que él pueda perdonarnos. En todas estas situaciones, estamos atrapados en la dualidad. El perdón nos permite superar esa dualidad y acceder al amor.

En esta meditación de «Curación mediante el perdón», Heyoan nos brinda una amplia perspectiva del perdón. Nos ayuda a superar el reproche de «él/ella me hizo esto», con su culpa profunda y punzante, y nos lleva a una comprensión unitaria de por qué funciona el perdón.

Antes de empezar, le sugiero que haga una lista de personas presentes en su vida que no haya sido capaz de perdonar. Luego realice la meditación siguiente sobre el perdón. Vale la pena que alguien le lea las instrucciones de Heyoan, o consiga la cinta de este material canalizado de la Barbara Brennan School of Healing. O bien léalo en voz alta al mismo tiempo que graba su voz. En cinta, es mucho más personal, y podrá asimilarlo más fácilmente descansando cómodamente en la cama con los ojos cerrados.

* * *

CURACIÓN MEDIANTE EL PERDÓN
Canalizado de Heyoan

Sentid una columna de luz en vuestro interior. Sentid una estrella de luz en vuestro centro, justo encima del ombligo. No es un accidente que estéis aquí. Os habéis traído a este momento concreto de vuestra vida, por vuestros propios objetivos, que surgen del anhelo profundo y sagrado que cargáis sobre el corazón. Cuanto más satisfagáis ese anhelo, más os encontraréis directamente en la senda de una vida que es dichosa y satisfactoria, una vida que es creativa e indulgente.

Me gustaría que hoy eligierais a una persona con quien tengáis dificultades en vuestra vida y empezarais a trabajar y a rezar para alinearos con el per

dón y la curación. Ésta requiere el perdón vuestro y de ese individuo. Como sabréis, la curación abarca toda la vida -de hecho, todas las vidas que habéis tenido- y lo que está más allá de las vidas. Vosotros existís en un dominio mucho más vasto que el físico, que está definido por el tiempo y el espacio. Para vosotros, el tiempo y el espacio no son más que limitaciones que habéis introducido en esta escuela, que habéis creado para aprender dentro de ellas. Vosotros habéis dado lugar a vuestras lecciones, a vuestra escuela, habéis creado a vuestros maestros dentro de esa escuela, y no obstante vosotros sois los maestros de toda esta creación. Habéis venido a este mundo para cumplir vuestros propios objetivos, que se contienen en vuestro anhelo sagrado. Ahora yo os pregunto: en relación con la persona que habéis elegido, ¿cómo habéis traicionado vuestro anhelo sagrado y habéis originado por tanto una situación en la que se requiere el perdón a vosotros mismos? Puede que no sea una respuesta fácil que acuda de inmediato. Pero si os concentráis en ella, rezáis por ella y la conectáis con tu labor curativa, empezaréis a comprender. Mediante vuestra experiencia vital, manará una comprensión más profunda de lo que se dice aquí desde la fuente de vida que hay en vuestro interior.

Sí, es cierto que vosotros creais vuestra experiencia de la vida. Vosotros la diseñáis. La habéis diseñado a partir de la sabiduría suprema que hay en vosotros. Si hay dolor, planteaos qué os dice, por cuanto el dolor resulta de olvidar quien sois. El dolor emana de la creencia de que la realidad oscura es la realidad verdadera. La realidad oscura es consecuencia de olvidar quiénes sois, que se basa en la creencia de que estáis aislados, o separados de Dios.

Yo os digo, queridos, que cualquier enfermedad, sea cual fuere su forma o manifestación, es el resultado de este olvido. Habéis regresado aquí, al plano de esta Tierra, para recordar. No os dejéis angustiar por esto. Orientad vuestra fuerza vital en la dirección del recuerdo, y su iluminación despertará las partes de vuestra psique que están sumidas en la oscuridad y el dolor.

Cuando las iluminéis con la luz de lo divino, que existe en cada célula de vuestro cuerpo, en todas las células de vuestro ser, la luz resplandece sobre la oscuridad y ésta empieza a recordar. Recordar equivale a reintegrar vuestros miembros. Mediante la iluminación, reintegraréis las partes de vosotros y de vuestro cuerpo que se han disociado y por tanto han enfermado. Es un nuevo comienzo; sí, se experimenta un cierto dolor, pero es un dolor curativo. Las lágrimas dejarán vuestra alma clara y limpia, como la lluvia recién caída. Vuestros gritos liberarán lo que se ha contenido durante siglos, aguardando la posibilidad de salir. Todos los bloqueos de los que se ha hablado se disolverán y se llenarán de vida renovada. Os encontraréis llenos de mucha más energía. Comprobaréis que

vuestra vida avanza hacia la creatividad y la dicha. Os llenaréis en una danza natural con todos los que os rodean, y con el universo.

Pero esto requiere perdón: primero, el perdón a sí mismo. ¿De qué tenéis que perdonaros? Si dedicarais cinco minutos -y os pediré que lo hagáis al término de mi pequeño discurso- a confeccionar una lista de las cosas por las que deberíais perdonaros, sería bastante extensa. Pero no es tan difícil. Si consideráis cada aspecto y meditáis sobre él durante unos minutos varias veces al día, aliviaréis el peso que soporta tu corazón. El perdón procede de la divinidad interna. Rezando y experimentando vuestro perdón, os conectáis con lo divino que lleváis dentro. Os convertís en lo divino que hay en vuestro interior.

Las siguientes preguntas son: ¿Cómo se manifiesta cada aspecto por el que os perdonáis en vuestra psique y en vuestro cuerpo físico? ¿Cómo se expresa en vuestro campo energético? Seguidlo por los siete niveles de experiencia de vuestro campo.

¿Dónde está el dolor en vuestro cuerpo que va asociado a esa actitud implacable que habéis adoptado hacia vosotros mismos, y por tanto habéis mantenido una conexión negativa con un determinado individuo al que os cuesta perdonar? La curación comienza siempre en uno mismo.

En vuestro interior, de cuatro a cinco centímetros por encima del ombligo, hay una hermosa estrella: la estrella del núcleo. Es la esencia de vuestra individualidad. Esta esencia es vuestra individualidad divina. Es el centro de vuestra condición de ser. Es el centro de quien sois en paz absoluta antes, durante y después de todas las vidas que habéis experimentado en vuestra madre, la Tierra. Sentid ese lugar en vuestro interior. Vosotros ya existíais antes de esta vida. Exististeis antes de todo el caos, dolor y conflicto que existen en este mundo, y seguiréis existiendo.

Este centro de vuestra condición de ser es el centro de vuestra divinidad. Desde este lugar, vosotros sois el centro de todo el universo. Es desde este lugar que podréis curar. Recordaréis quiénes sois, y ayudaréis a los demás a recordar quiénes son. Porque es del centro de vuestro ser que emanan todas vuestras acciones. Tan pronto como vuestras acciones se hayan desconectado del centro de vuestro ser, dejaréis de estar alineados con vuestro objetivo divino. La acción desvinculada del objetivo divino ocasiona dolor y enfermedad. Así pues, queridos, concentraos en vuestro núcleo. Es a partir de ese centro que surge el perdón.

Me gustaría que ahora llevarais el primer aspecto que encontréis por el que debéis perdonaros a vuestro núcleo. Sea lo que fuere aquello que creísteis que necesita perdón, se originó de una manera que estaba desconectada de vuestro centro. Cuando os pusisteis a crear, os desconectasteis del centro de vuestro ser; vuestras acciones se desalinearon respecto a vuestro objetivo divino y pasaron, quizá sólo un poco, a la oscuridad y el olvido. Así pues, si tomáis aquello que debe ser perdonado, lo lleváis a la estrella del núcleo y lo mantenéis allí, rodeado e impregnado de amor, podréis devolverlo a la luz mediante ese amor. Escontraréis vuestro objetivo original que surgió de vuestro centro. Cuando lo hayáis encontrado, podréis reanudar la creación original. Porque al encontrarlo, rodearlo e impregnarlo de amor, hallaréis el perdón en vuestro interior. Ahora os concederé unos breves momentos para inducir el perdón a vosotros mismos de esta manera.

Cuando este perdón fluya por todo vuestro ser, os veréis perdonando automáticamente a otras personas que pueden estar implicadas en esta situación concreta que reclama el perdón.

SEXTA PARTE

CURACIÓN MEDIANTE NUESTRAS REALIDADES ESPIRITUALES SUPERIORES

«A cada momento tenemos la libertad de escoger,
y cada elección determina la dirección de nuestra vida.»
OLIVIA HOBLITZELLES

INTRODUCCIÓN

La integración de sus aspectos espirituales elevados y dimensiones profundas en su plan curativo

Mientras seguía enseñando y practicando la curación, constaté que nuestras necesidades espirituales y la conexión con nuestras realidades más profundas son tan importantes en el proceso curativo como nuestras necesidades fisicas. De hecho, me pareció evidente que son fundamentales, y que sin ellas la vida es simplemente tridimensional y muy limitada. Para comprender quiénes somos y cuál es nuestro objetivo en la vida, y para experimentar ésta como un trayecto seguro, benigno y amoroso, debemos alcanzar una comunión espiritual además de una comunión humana.

A medida que trabajaba con los niveles espirituales superiores del campo aural y las dimensiones profundas que existen bajo el campo aural, toda mi concepción de la salud y la curación cambiaba. De hecho, toda mi concepción de la vida en el mundo fisico se alteraba. Empecé a considerar la curación como un hermoso proceso creativo que es sumamente natural y universal. Somos guiados a cada paso en el transcurso de este hermoso proceso vital. En él, descubrimos que somos individuales y universales a la vez. Nos hallamos absolutamente seguros en un universo abundante y benigno en el que la vida y la curación son uno.

Empezaremos por la experiencia y el objetivo de la orientación espiritual en nuestra vida. Esto nos llevará, de la manera más natural, a la espiritualidad suprema que se experimenta en los niveles superiores del campo aural. Más tarde accederemos a las dimensiones más profundas que constituyen los verdaderos cimientos de nuestro ser.

Capítulo 16
EL PROCESO DE ORIENTACIÓN EN SU VIDA

El acceso tranquilo a una vida centrada espiritualmente requiere una gran reorientación de la conciencia hacia las realidades trascendentes de los niveles vibratorios superiores -quinto, sexto y séptimo- del campo aural. En esos estadios elevados de conciencia y energía, existen mundos enteros de seres espirituales inmateriales. Mucha gente no experimenta esos niveles de conciencia en absoluto; para esas personas, incluso la existencia de esos niveles resulta de lo más especulativo, absurdo y hasta ridículo. En el proceso curativo, no obstante, si usted sigue el camino ascendente a través de los niveles de conciencia, empezará automáticamente a tener experiencias que implican esos niveles superiores y llegará a conocer esos seres.

A medida que usted desplace su conciencia hacia los tres niveles superiores de su campo aural, accederá a los aspectos más elevados de su voluntad, sus emociones y su razón. Cada uno de estos tres niveles es una plantilla para los tres niveles inferiores del campo. La voluntad suprema, también llamada «voluntad divina interna», es la plantilla para el primer nivel del campo, que contiene la voluntad de vivir en el mundo físico. El nivel emocional supremo, a veces llamado «nivel inspirador» o «nivel del amor divino», es la plantilla para el segundo nivel del campo, el de los sentimientos hacia sí mismo. La razón suprema del séptimo nivel, llamada «mente divina», que aporta la comprensión del modelo perfecto de todas las cosas, es una plantilla para la razón del tercer nivel, el nivel mental. Esta relación se ha formulado desde la antigüedad en la frase: «Tal que arriba, abajo».

La correspondencia entre los niveles séptimo y tercero, sexto y segundo, y quinto y primero brinda un modo de curar los niveles inferiores bajando los valores de los niveles superiores a los inferiores. Para hacerlo, debemos acceder o trascender a los niveles superiores. Esto recibe el nombre de «proceso trascendente». Accedemos a nuestras realidades más elevadas y las reclamamos como propias. Cuando hacemos esto, nuestra razón se torna verdad, nuestras emociones se tornan amor y nuestra voluntad se torna valor. Si continuamos este proceso trascendente, nuestra verdad se convierte en sabiduría, nuestro amor se convierte en amor incondicional y nuestro valor se transforma en poder. Reivindicamos nuestra realidad espiritual como propia y encontramos a Dios dentro.

La forma mejor y más práctica de ingresar en el proceso trascendente es a través de la orientación. La orientación es accesible a todos los seres humanos desde su ser supremo interno, su ángel de la guarda o, en términos más populares, su guía espiritual. Por lo general, la gente empieza a obtener orientación de su ser supremo, y más tarde la van recibiendo de los guías espirituales.

La obtención de orientación y la canalización de los guías espirituales es una actividad que se ha hecho muy popular en determinados ámbitos. Mucha gente pide orientación para toda clase de cosas, pero generalmente para saber cómo afrontar los conflictos que plantea la vida, qué hacer en una fecha concreta o cómo resolver un problema. La orientación se utiliza incluso para recabar información sobre la curación de enfermedades. La orientación se ha popularizado tanto, que hay quien la usa para ganar la lotería, obtener respuestas en los exámenes y hasta encontrar aparcamiento. Algunos hacen mal uso de la orientación para tratar de eludir responsabilidades reales. Rompen compromisos de maneras irresponsables, argumentando que su guía les aconsejó que lo hicieran. Parecen creer que eso justifica una conducta inmoral e irresponsable. Mucha gente que utiliza la orientación es incapaz de ver su función profunda y el gran beneficio que aporta a su proceso de aprendizaje en la vida.

La orientación es una parte integrante del despliegue de su vida. Es la clave del desarrollo de su deseo sincero y de su misión en la vida, sean cuales fueren. La orientación es algo más que la comunicación con guías, más que la canalización de información; es un proceso vital. La EPS y la capacidad de obtener información precisa se derivan de seguir los dictados de la orientación durante un largo espacio de tiempo. Observando los efectos de la orientación en mi vida, he percibido la siguiente información sobre el funcionamiento de la orientación.

Cómo funciona la orientación espiritual

1. La orientación nunca le sacará las castañas del fuego. Le hace ser responsable en muchos aspectos: responsable de quien es, de no traicionarse y de mantener sus compromisos. Si éstos requieren un cambio, la orientación no le permitirá alterarlos sin responsabilidad. En otras palabras, si usted establece un compromiso que más tarde no es saludable para usted, ese compromiso se puede cambiar, pero no de un modo irresponsable.
2. La orientación no absuelve su karma. En cambio, le suministra una herramienta para manejarlo, y posiblemente hasta para disfrutar de su resolución. Usted debe proceder al equilibrado de la balanza kármica. Este equilibrado no implica un castigo kármico. Implica el aprendizaje de aquello que no aprendió en las experiencias vitales del pasado y que sigue afectando su vida presente de un modo negativo. Por lo general, ese aprendizaje se realiza a través de las situaciones de la vida que usted experimenta en función de lo libre que esté de imágenes y conceptos erróneos.
3. El seguimiento de la orientación le aporta las experiencias vitales que necesita para desarrollar su misión en la vida o su proceso curativo.
4. Vivir una vida espiritual y descubrir su misión en la vida requiere la predisposición a seguir los dictados de la orientación y vivir conforme a la verdad, independientemente de cuál parece ser el precio cuando reciba la orientación.
5. La orientación se hace personalmente más dura, y el precio aparente se incrementa, a medida que la sigue.
6. Orientación y fe van juntas. Usted ha de tener mucha fe para seguir su orientación y, a su vez, el seguimiento de la orientación acrecenta su fe. La orientación pretende llevarle por áreas de su psique personal a las que previamente usted se negó a ir, pero debe hacerlo si quiere madurar. La orientación le llevará, través de sus miedos más intensos, a su fe más ferviente.
7. La fe es un estado de ser que fija, equilibra y carga el campo aural para inducirlo en un estado curativo. Conecta la pequeña parte de su ego al yo supremo, al Dios que hay dentro de usted. Es un proceso de conexión holográfica con todo lo que es; le conecta con el universo.
8. Su ego separado no tiene muchas opciones de entrometerse en la orientación sistemática, porque muchas veces usted no sabe por qué hace lo que le dice que haga.
9. A medida que ceda o se libre de la voluntad de su ego separado y siga la voluntad divina tal y como le es manifestada a través de su orientación, los demás confiarán más en usted.
10. La orientación incrementa automática y sistemáticamente la resistencia fisica y espiritual para cumplir su misión en la vida.
11. Cuanta más resistencia reúna, más amor, poder y apoyo obtendrá y más efectivo será el despliegue de su misión en la vida a una escala más amplia. A medida que resuelva problemas, afrontará otros de mayor responsabilidad y dificultad.
12. El acto de seguir su orientación construye su canal curativo para las energías vitales curativas. Construye su canal para la misión divina con la que ha decidido venir. La orientación arroja el principio creativo involuntario a un canal seguro. Sólo mediante el abandono a la orientación, mediante la rendición del ego al espíritu sagrado supremo, o al Dios interno, es posible librar su fuerza vital involuntaria a un canal seguro. La fuerza vital involuntaria es todo lo que sale de usted automáticamente cuando no bloquea su flujo energético. Unas veces es positiva; otras veces es negativa. La orientación elimina sistemáticamente su negatividad para que pueda fluir cada vez más fuerza vital positiva. Libra ese caudaloso flujo de fuerza vital a su canal en la proporción exacta a su capacidad de manejarla. Por consiguiente, su canal es seguro.
13. El caudaloso flujo de fuerza vital que surge con el principio creativo divino e involuntario no puede ser regulado por el ego. Otra forma de expresarlo es que la bondad que hay en su interior fluye es-

pontáneamente; se extiende espontáneamente por la sabiduría, el amor y la atención. No obedece las órdenes delego. Lo único que éste puede hacer es impedir que fluya o desviar su curso.

14. La orientación le toma de la mano y le acompaña a un estado de rendición a su verdadera fragilidad y vulnerabilidad humanas, centradas en torno al pequeño ego. Cuando usted sigue la orientación, inmediatamente afronta el hecho de que la vida no está en sus manos, de que su ego no controla su vida, y que su orientación no le ayudará a hacerlo. Esto es, usted no puede hacerlo. Eso es lo que yo entiendo por «rendición del ego». ¿A qué se rinde usted? Se rinde a una fuerza más intensa que hay en su interior. Seguir una orientación es una liberación sistemática de un ego externo que quizá intenta hacerle sentir seguro pero no puede. La orientación vuelve a conectarle con su fuerza original. Usted se convierte en un hijo de Dios. En esta rendición, usted descubre otra fuerza: la fuerza del Dios interno. Usted se transforma en un instrumento de Dios, y descubre todo el poder, la sabiduría y el amor de Dios en su interior.

15. No hay castigo si usted no sigue la orientación. Dispone de todo el tiempo del mundo, puesto que el tiempo es una ilusión. Si recibe orientación y no la sigue en tres meses o dos años, no pasa nada. Pero hasta el punto en que siga su orientación, hasta ese punto obtiene fuerza espiritual interna, por cuanto el seguimiento de la orientación le ayuda automáticamente a rendirse a la divinidad suprema que lleva dentro. Esa fuerza espiritual le ayuda a cumplir con su misión en la vida.

16. Seguir la orientación permite que el espíritu santo se combine con su esencia interna para conferirle poder. Éste no se acumula en su ego, sino que sirve para conectar su esencia interna o chispa divina individual con el Dios universal.

17. La orientación aporta libertad e independencia al desviar el enfoque de la vida hacia la dependencia de la realidad de la divinidad interna en lugar de otros valores.

18. Las mejores cosas de la vida son gratuitas.

Cómo me ha guiado la orientación en mi vida

Cuando reviso mi vida, constato que todos los momentos decisivos de la misma han sido guiados de un modo específico y preciso. A veces seguí orientaciones que parecían absolutamente extravagantes. La gente que me rodeaba me aconsejaba que no lo hiciera, pero lo hice.

Durante la época en que residí en Washington, D.C., estudiando para ser terapeuta bioenergética, aconteció un caso de orientación prodigioso. Sucedió el Domingo de Resurrección. Unos amigos nuevos me hablaron de un milagro que iba a tener lugar en el oeste de Virginia el Domingo de Resurrección por la mañana. Me preguntaron: «¿Quieres venir?». Les dije que sí, y entonces pensé: «¿Qué podría ponerme para asistir a un milagro?». Me decidí por un pantalón blanco, una blusa y unas sandalias. Viajamos durante cinco horas y llegamos al huerto de manzanos temprano, antes del amanecer. Había cámaras de televisión. La mujer que había predicho el milagro había preparado la escena con distintas estaciones que representaban la vida de Cristo, incluido el huerto de Getsemaní. Nosotros seríamos peregrinos y llevaríamos rosas al huerto.

Todos aguardamos la salida del sol con impaciencia para ver el anunciado milagro. Por fin amaneció. Yo miré al sol cuando salía, y vi un remolino de rayos rojos que giraban en el cielo. Exclamé: «¡Oh, igual que en el milagro de Fátima, en que miles de personas vieron girar el sol en el cielo!». Entonces pensé: «¡Qué efecto óptico tan interesante! De modo que esto es lo que ocurre cuando miras al sol». A mi alrededor, la gente gritaba: «¡Mirad cómo gira el sol! ¿Lo veis?». Otros murmuraban: «No puedo mirar, no puedo mirar..., es demasiado intenso». Era como una repetición del milagro de Fátima. Otra persona dijo: «Hay una cruz en el cielo». Yo no pude verla. Eso fue todo. Así pues, dejé mi rosa en el huerto y regresamos a casa. Durante el trayecto de vuelta, me dije a mí misma: «¿Por qué no acepto que ha sido un milagro? No sé cómo es un milagro. Quizá ha sido de verdad». Y decidí: «Tengo que comprobarlo».

A la mañana siguiente me levanté a la misma hora para observar el sol y comprobar qué ocurría desde el punto de vista del efecto óptico. No podía mirar al sol; era demasiado brillante. Pensé: «Qué curioso. Ahora no puedo mirar al sol. Tendré que ser paciente y esperar para ver si ocurre algo más, ya que no sé cómo es un milagro en realidad».

No tuve que esperar mucho para que el supuesto milagro se manifestara en nuevos fenómenos. Considero que lo que ocurrió a partir de entonces fue parte de un milagro, porque supuso para mí el inicio de toda una revelación del misterio de la vida. Lo que sucedió fue muy simple: cuando el sol se situó en un determinado ángulo en el cielo, oí un nítido mensaje verbal que me decía lo que tenía que hacer. A veces decía: «Cálmate. Tu mente lo está exagerando todo». O bien: «Tu maestro de curación está enfermo, y hoy debes proporcionarle curación en vez de recibirla de él». Oía una voz que parecía proceder del sol. El sol se reflejaba sobre mí y captaba mi atención, y entonces yo recibía un mensaje. Parecía que aunque el sol no llegara directamente hasta mí, encontraría un modo de hacerlo. En cierta ocasión estaba sentada en una silla meciendo a mi hijita. El sol estaba en el lado contrario de la casa, pero se reflejaba en la ventana de la casa del vecino e incidía sobre mí en ángulo recto. Esta comunicación solar se ha perpetuado durante años.

Otro ejemplo de orientación sucedió después de haber recibido mi formación como terapeuta bioenergética y cuando ofrecía sesiones terapéuticas en Washington, D.C. Había empezado a ver vidas anteriores. No sabía qué hacer al respecto. Así pues, comencé a rezar pidiendo consejo sobre lo que debía hacer. Fui de

cámping a Assateague Island. Llovía, por lo que estaba tendida en la playa con una lona de plástico sobre la cabeza. En mitad de la noche oí pronunciar mi nombre tres veces, tan fuerte que me despertó. Miré hacia arriba, a la lona. Era translúcida, por lo que pensé que miraba las nubes. Me percaté de pronto que sólo estaba la lona, por lo que la aparté para ver de dónde procedía la voz. Todo el cielo estaba completamente despejado, y quedé admirada porque podía oír las estrellas cantando unas a otras en el firmamento. Supe que era la respuesta a mis oraciones. Había sido llamada, y pronto llegaría la respuesta.

Poco tiempo después descubrí el Center for the Living Force (ahora llamado Pathwork Center), en Phoenicia, Nueva York. Fui allí para participar en un taller, y supe que la respuesta a mis oraciones era que debía trasladarme allí. Tardé un año en poder hacerlo. Mi marido no quiso desplazarse hasta el centro, pero yo lo hice con mi hija, de cuatro años, obedeciendo los dictados de mi orientación. Más tarde vino él.

Una vez instalada en Phoenicia, trabajé en grupo con mi canal porque recibía una gran cantidad de información psíquica, como la referente a vidas anteriores de otras personas, con la que no sabía qué hacer. En una ocasión me rompí una pierna, y estuve cojeando con una escayola mientras gritaba que no estaba enfadada. La directora del centro, Eva Pierrakos, que canalizaba los sermones de los guías, dijo: «Tu problema es que tu canal se abrió demasiado rápido, y estás demasiado irritada interiormente y no puedes soportarlo. Debes cerrar tu canal». Mi orientación confirmó estas palabras. Obtenía mucho placer de mi condición de médium. Me estaba habituando a ser especial y lo utilizaba para eludir cuestiones importantes de mi vida. El único uso aceptable de mi canal era en beneficio de mi propio trabajo personal. Así que cerré mi canal para todo lo que no fuera trabajo personal. No sabía cuánto tiempo debería mantenerse esta situación. Mis guías se limitaban a decir todo el tiempo que fuese necesario.

Poco después de mi promesa, fui probada. Un día, accidentalmente, empecé a abandonar mi cuerpo. Vi cerca de mí a unos hermosos guías con sus vestiduras cubiertas de joyas. Sentí mucha curiosidad por saber quiénes eran, pero recordé mi promesa y me obligué a regresar enseguida a mi cuerpo. Resultaba muy difícil renunciar a mis dotes psíquicas, pero lo hice y me concentré en mi trabajo personal. Pasé los seis años siguientes consagrada a mi propia transformación. Durante los dos primeros años, me concentré en la voluntad divina. Para ello, me aseguré de que todo cuanto hacía estaba alineado con la voluntad de Dios. Cada mañana, al levantarme, rezaba y meditaba para comprometerme y alinearme con la voluntad de Dios. Realizaba sesiones privadas en las que trataba de comprender qué se entiende por la voluntad de Dios. Esta ba en conflicto con lo que Dios quería que hiciera a continuación. ¿Acaso era su esclava? Afrontaba todos los aspectos de mi vida desde la perspectiva de estar de acuerdo con la voluntad divina. Poco a poco, con el tiempo, descubrí que lo que yo quería hacer en todo momento desde la parte más profunda y más clara de mí era también la voluntad de Dios. Fui capaz de oír la voluntad de Dios cantando dentro de mi corazón.

En los dos años siguientes, me concentré en el amor divino. Me esforcé por infundir amor en todo cuanto hacía. Cada mañana rezaba y meditaba para aprender acerca del amor divino. Al hacerlo, comprobé que muchas de mis acciones no eran tan amorosas. En mis sesiones privadas, trabajé para aportar amor a mi vida. En el transcurso de esos dos años, las cosas empezaron a cambiar, y pude tener y expresar mucho más amor en mi vida. La tarea que me planteé para los dos años siguientes era concentrarme en la verdad divina. Seguí el mismo método que hasta entonces, rezando y meditando cada mañana para averiguar qué es la verdad divina. Dediqué mucho tiempo a explorar su función en mi vida, en qué aspectos faltaba, y cómo aportar más verdad divina a mi vida. ¿Estaba dispuesta a encontrar y defender la verdad en todas las situaciones? Puesto que durante todo ese tiempo viví en una comunidad espiritual, se me presentaron siempre situaciones de la vida en las que poner en práctica esos tres aspectos de nuestra divinidad.

Todos los miembros de la comunidad permanente del Center for the Living Force trabajaban de esta misma manera con vistas a su transformación personal. Era un verdadero hervidero de gente que buscaba verdades espirituales y luchaba con los demás a diario para ocuparse de la comunidad. Todos aprendimos mucho en aquella época. Creíamos estar construyendo una ciudad de luz, pero más tarde, cuando nos dispersamos por el mundo, nos dimos cuenta de que cada cual había obtenido lo que había ido a buscar. Materializamos nuestro trabajo. Llenamos nuestro ser con el trabajo, para vivir según los principios espirituales superiores en los que creíamos. Finalmente, después de seis años de intenso trabajo y lucha, supe que estaba lista para volver a abrir mi canal porque era digna de confianza. La gente confiaba en mí porque estaba dispuesta a ceder a la verdad, fuera lo que fuese, y a seguirla. Claro que esto no implicaba que hubiese concluido mi transformación personal. Ese trabajo se ha perpetuado hasta hoy, y continuará durante el resto de mi vida. Pero sabía que había alcanzado un hito en mi vida y que las cosas empezarían a cambiar drásticamente, como así fue.

Sabía que debía ir a Findhorn. Así lo hice. Una vez allí, estuve en un punto de fuerza natural llamado Randolph's Leap, un lugar próximo a Findhorn donde dicen que los druidas adoraban y se comunicaban con espíritus naturales. Pedí poder acceder a esos espíritus. No parecía ocurrir nada. Viajé a Holanda para dirigir un taller intensivo, y luego a Suiza para esquiar. Me olvidé por completo de mi petición previa. Al cabo de un mes de mi regreso a Estados Unidos, empecé a despertar cada mañana a las cinco y media para escribir una gran cantidad de información que obtenía de mi orientación. Comencé a ver pequeños espíritus naturales por dondequiera que iba. Me seguían en mis paseos por la finca. Se mostraban siempre algo tímidos y mantenían algunos metros de distancia detrás de mí, emitiendo risitas.

Mediante el contacto con los espíritus de la naturaleza recabé mucha información sobre el Center for the Living Force, como el lugar donde se debía construir el edificio del santuario. Me llegaba en dosis muy

pequeñas durante mis meditaciones diarias. Un día en que recorría el camino de arriba para ir a trabajar en la cocina, oí una voz que pronunciaba mi nombre. La ignoré. La voz volvió a llamarme. Le dije que llegaba tarde al trabajo y seguí andando.

Me llamó por tercera vez, y entonces dije: «Oh, de acuerdo. ¿Qué quieres?». La voz me condujo a un prado y a una roca.

-¿Y bien? -dije yo.

-Siéntate -contestó la voz, y me senté. -¿Y ahora qué? -inquirí entonces.

-Siéntate -insistió ella, de modo que me senté y medité.

Durante el año siguiente, acudí a la roca todos los días para meditar. Cada día, durante mi meditación, recibía pequeños retazos de información sobre aquel territorio. Me enteré de que la roca sobre la que estaba sentada era un altar. La voz me indicó otra roca situada ladera abajo, y otras dos a ambos lados, que eran hitos. Se podía trazar una línea entre el altar y el primer hito. Podía trazarse otra línea entre los dos hitos. Ambas líneas se entrecruzaban en medio del prado. En ese punto exacto, dos arbolitos se habían caído y entrecruzado. Aproximadamente un año después, cuando llegó el momento de determinar el sitio en el que había que construir el santuario, se pidió a cada miembro que acompañara al comité encargado de la construcción a su lugar favorito en la propiedad del centro. Se escogió un sitio.

Yo estaba segura de que el lugar era erróneo, pero no dije nada. De regreso a la sala principal, alguien me pidió que les mostrara el sitio secreto de mi meditación diaria. De mala gana, conduje al grupo hasta la roca que había servido de altar. Todos se sentaron en ella para meditar. Inmediatamente, todos supieron que aquél era el lugar más indicado. Entonces empecé a compartir, tímidamente, la información que había recabado durante el último año de meditaciones. Más tarde, cuando volví allí en compañía de un supervisor, resultó que las líneas definidas por los hitos estaban en la posición exacta del máximo ángulo de incidencia del sol para una construcción solar. Los árboles caídos marcaban la ubicación exacta de dos grandes paredes de cristal en la parte delantera de un edificio heptagonal.

Formé parte del comité que ayudó a diseñar el edificio. Puesto que el terreno era abrupto, hubo que volar la capa de roca con dinamita para excavar los cimientos. Yo me esforcé en vano por ahuyentar a los ciervos antes de la explosión, pero no se fueron. Tan sólo se habían alejado dos o tres metros cuando estalló la dinamita, y luego siguieron pastando como si nada hubiera ocurrido.

Durante los años que pasé en el centro, transcurrí por un largo período de comprobación de cosas muy simples. Los guías me daban instrucciones como: «Corta la rama muerta de ese árbol». A veces tardaba tres meses en hacerlo porque consideraba que era estúpido; ¡un poco de resistencia! Pero en último término lo hacía. Empecé a observar que, si no obedecía, no llegaban nuevas instrucciones hasta que lo hacía. Inmediatamente después de hacerlo, recibía la siguiente instrucción. Ahora me doy cuenta de que se me enseñaba a seguir instrucciones con exactitud y precisión. Esto aumentó la confianza para poder efectuar cirugía espiritual en el quinto nivel con los guías. La cirugía del quinto nivel, que se describe en *Manos que curan,* es un método para reestructurar el quinto nivel del campo aural en el que la mayor parte del trabajo corre a cargo de los guías. Yo empecé a practicarlo un día en el que todavía aplicaba masajes.

Estaba suministrando un masaje sueco a una clienta, cuando apareció un guía y dijo: «Sujeta dos tiras verdes», para que yo apartara las manos del cuerpo. Mi clienta había acudido para recibir un masaje, pero permanecí cuarenta y cinco minutos con las manos sobre su cuerpo, sujetando dos tiras verdes. Vi cómo los guías se metían debajo de las tiras verdes y realizaban una operación en mi clienta. Fue entonces cuando empecé a aprender la técnica de la cirugía espiritual del quinto nivel. Observé la operación. Esperaba que mi clienta dijera en cualquier momento: «Oiga, ¿qué hay de ese masaje?», pero no lo hizo. A la semana siguiente volvió, quejándose de síntomas postoperatorios. Pude ver los puntos que los guías habían cosido en su bazo. Tuve que sujetar nuevamente dos tiras verdes. Esta vez, los guías quitaron los puntos. Y, una vez más, la mujer no se quejó de que yo no tocara su cuerpo para darle el masaje. Dijo que, fuera lo que fuese lo que yo le hacía, le producía una sensación maravillosa. Así es como aprendí a practicar la cirugía espiritual del quinto nivel.

Otro día, después de mi escritura habitual de las cinco y media de la mañana, mi orientación me dijo que comprara una máquina de escribir. Yo no sabía escribir a máquina, pero las orientaciones que recibía eran tan rápidas que ya no podía anotarlas a mano. Tenía que escribirlas a máquina. Aprendí mecanografia. Tras una temporada escribiendo a máquina, ya no podía escribir lo bastante rápido. Me dijeron que me comprara una grabadora, y empecé a grabar los mensajes. Sin saberlo, había comenzado mi primer libro.

Trabajé en mi primer libro, *Manos que curan,* durante quince años. Doce editores rechazaron el original. No sabía qué hacer. Recibí la orientación de que lo editara yo misma. Vendí mi casa, en la que ya no vivía, y me dieron 50.000 dólares por ella. Todo el mundo pensaba que me había vuelto completamente loca por consagrar los ahorros de toda mi vida a la realización de un libro. Pero yo decía: «Es la obra de mi vida. Ha llegado el momento de consagrarlo todo a ella». Me costó 50.000 dólares editar un millar de ejemplares. Para cuando se publicó el libro, contaba con unos cientos de dólares a mi nombre y una hija que alimentar. Escribí una carta a mis conocidos para anunciarles que había publicado mi libro. «He pagado cincuenta dólares por ejemplar. Te venderé uno por cincuenta dólares.» El libro se agotó en tres meses, y entonces emprendí una reimpresión. Alguien me sugirió que lo presentara a una editorial. «Todas me lo han rechazado», objeté. Pero lo hice, y Bantam lo compró. El libro se ha publicado en nueve idiomas y se ha distribuido por todo el mundo.

Cuando empecé a comunicarme con guías, no sabía distinguir entre los que estaban todo el tiempo conmigo y los que acudían a intervalos de varios meses para enseñarme técnicas nuevas y después se marchaban.

Podía verles siempre. Después de todos aquellos años de preparación trabajando con los guías para mí misma, ellos empezaron a sugerirme formas de trabajar con mis clientes en las sesiones. Esta tónica se mantuvo a medida que mi práctica terapéutica y de masajes se convertía paulatinamente en una práctica curativa. Los guías me decían qué tenía que hacer con las manos. También me brindaban información sobre mis clientes a la que no habría podido acceder por otros métodos. Me explicaban la causa física del problema de un cliente además de la causa psicológica, y la vinculación de ambas con determinadas relaciones que el paciente mantenía en aquel momento y con las que había tenido en el pasado. Yo introducía esa información en las sesiones de una manera lenta, tímida y embarazosa. Decía cosas como: «¿Se le ha ocurrido pensar que...?», y añadía la información recibida de los guías.

La presión psíquica de todo aquel volumen de información no tardó en impulsarme a canalizarla. Nunca dije a mis clientes que procedía de un guía, sino que hablaba con voz algo distinta. Les decía que mi voz cambiaba porque me hallaba en un estado alterado. Al cabo de unos años, un cliente me dijo:

-Estaba canalizando a un guía, ¿verdad? -¿Quién, yo?

-¿Cómo se llama? -preguntó el cliente. -No lo sé.

Generalmente prestaba más atención a los guías que mis clientes traían con ellos a una sesión curativa porque éstos siempre querían que les describiera a sus

guías. Yo transmitía a los clientes la información que me ofrecían tanto sus guías como los míos. Incluso hubo un momento en que empecé a hablar con acentos extraños, pero me resultaba bastante embarazoso. Por último, dije que sólo quería canalizar a los guías que tuvieran una voz normal. Si cualquier otro guía deseaba transmitir información a través de mí, yo le escucharía y a continuación repetiría el mensaje.

En mi trabajo, veía siempre a cinco guías en torno a mí; todavía están conmigo. En aquella época, los guías estaban de moda. Todo el mundo canalizaba, y yo seguía sin saber quién era mi guía principal. De modo que me propuse averiguarlo. Se lo pregunté a mis guías un día en que dirigía un taller de curación/canalización con Pat Rodegast, una conocida canalizadora y autora de *Emmanuel's Book y Emmanuel's Book* II. Oí la palabra «Heyoan» o «Heokan». Dije: «¡Vaya! Quiero un guía con un nombre bonito, como Emmanuel, el guía de Pat». No me gustaba nada ese nombre y quise cambiarlo, sin éxito. Luego lo olvidé. Seis meses más tarde, participé en otro taller sobre canalización y curación con Pat. Cada vez que trabajábamos juntas, pedíamos aprender algo durante esa actividad. En aquella ocasión, frustrada, exclamé: «¿Por qué todo el mundo conoce el nombre de su guía menos yo? ¡Quiero saber el nombre de mi guía! ». Efectivamente, en el transcurso del taller, Heyoan se inclinó de nuevo sobre mí mientras realizaba una demostración curativa y dijo:

* * *

Mi nombre es Heyoan. Ya te lo dije hace seis meses, ¿recuerdas? Es de origen africano y significa: «El viento susurrando la verdad a través de los siglos».

* * *

Era una situación de lo más embarazoso. Me habían dicho su nombre y yo había olvidado el incidente por completo. Esa fue la presentación formal de Heyoan. Desde entonces, hemos sido grandes amigos. En mi estado de conciencia, que denomino «Barbara», suelo «ver» a Heyoan de pie a la derecha y ligeramente detrás de mí. Debe de medir de 3 a 3,5 metros de estatura y es de color azul, dorado y blanco. Cuando canalizo a Heyoan, nuestras conciencias se fusionan y se vuelven una. Yo me «transformo» en Heyoan. Cuando lo hago, mi campo aural se dilata a un diámetro de unos seis metros. Muchas veces, después de canalizar a Heyoan durante una o dos horas, me veo transportada a una sala de luz donde hay una mesa larga y ancha, con muchos guías a su alrededor. Allí, ellos me muestran un gran volumen de planos de lo que acontecerá en el futuro. Por lo general, no entiendo gran cosa del contenido de esos planos, pero lo intento. Poco a poco, creo que aprenderé a leerlos.

Distintos grupos de guías se han incorporado a los programas que he dirigido a lo largo de un dilatado tiempo. Hace unos cinco años empecé a canalizar a otro ser espiritual que parecía muy femenino. Al principio, empecé a llamarle la Diosa porque parecía ser el aspecto femenino de Dios. El campo energético de este ser es blanco y dorado, y se ha dilatado con el paso de los años. Es tan amplio, que resulta imposible determinar sus dimensiones. Mi querida amiga Marjorie Valeri, arpista profesional, y yo entramos en trance. Marjorie canaliza el arpa. Un muro de luz blanca, mucho mayor que la sala, se extiende por detrás de Marjorie y yo y eleva la conciencia de todos los presentes. Yo entro en trance y deambulo por la sala facilitando curación y canalización a la gente. El poder de esta actividad es tan grande, que he conseguido aportar curación a 280 personas en una hora.

Es más, el poder curativo es tan grande, que los efectos de la curación se van sucediendo durante un período de varios meses. El caso más espectacular fue el de una persona que acudió a un taller que se realizaba en el Omega Institute. Era una mujer que llevaba una botella de oxígeno a la espalda. Aguardaba un trasplante de corazón y de los dos pulmones. La Diosa trabajó con ella durante unos cinco minutos. Esto, junto con el anhelo de la mujer de curarse, la ayudó a dar la vuelta a su enfermedad. El nivel de oxígeno en su sangre empezó a subir hasta que llegó a ser más elevado cuando no llevaba la botella de oxígeno que cuando la llevaba. Los órganos de un presunto donante no llegaron jamás. Más tarde, la paciente se casó y se fue a vivir en algún lugar del Oeste. Lo último que supe de ella era que sus

médicos decían que tan sólo necesitaba un trasplante de pulmón. Ya han pasado tres años desde que la Diosa la tocó.

Con los años, la energía curativa que yo llamo la Diosa se ha equilibrado mucho más en su proporción de energía masculina y femenina. Mediante una orientación reciente, me enteré de que en realidad es el espíritu santo. Ahora tengo que luchar contra mi timidez a la hora de recurrir a la canalización del espíritu santo. De alguna manera, el aspecto femenino de Dios parece más lícito. Tendré que trabajar con él. En el último taller que dirigí en Santa Fe conocí a un nuevo grupo de guías que se hacían llamar el Consejo de la Luz. Al parecer, poseían mucho poder. Se situaban en un círculo con una vela a los pies de cada uno de ellos. Parecen tener ambiciosos proyectos con vistas a edificar centros de curación en todo el mundo. Siento curiosidad por saber cómo los llevarán a la práctica. Lo harán, a su debido tiempo.

Así es como ha influido la orientación en mi vida. Cumpliendo sus instrucciones, aunque algunas de ellas resultaran un tanto excéntricas, ridículas o aparentemente estúpidas, pude edificar mi fe. Necesité hacer buen acopio de fe, puesto que fui probada continuamente a hacer exactamente lo que se me pedía o a dar la información precisa que recibía sin permitirme comentarla. Esto explica que finalmente llegara al nivel de canalizar tratamientos específicos y la forma en que el paciente debía seguirlos. La orientación me llevó paso a paso a mi Elevada Percepción Sensorial, a la canalización y a los tres niveles superiores del campo aural. Me llevó a mi espiritualidad y al mundo espiritual, e hizo éste real. La orientación me ha aportado muchas experiencias maravillosas y me ha conducido a una comprensión más amplia de mi divinidad.

Seguir la orientación y acceder a la vertiente espiritual de la vida no siempre es fácil, ya que supone todo un reto. Tendemos a ignorarlo, a descartarlo, o simplemente a pensar que no es real. Aprender a seguir la orientación es un proceso gradual que nos lleva a nuestras realidades espirituales más elevadas. Cada vez que decidimos seguir la orientación, escogemos nuestra voluntad divina suprema. Cuando lo hacemos repetidamente, empezamos a experimentar los niveles superiores de nuestras realidades espirituales que corresponden a los niveles quinto, sexto y séptimo del campo aural. Acudamos seguidamente a los niveles superiores del campo.

El quinto nivel del aura: voluntad divina

El quinto nivel del campo aural está asociado con la voluntad divina. Es el nivel principal de todas las formas y símbolos. Tan pronto como se eleve al quinto nivel con su Elevada Percepción Sensorial, verá una luz de color azul cobalto. Puede que le resulte un poco confuso al principio, puesto que el quinto nivel es la plantilla o el cianotipo de todas las formas. Esto significa que es como el negativo de una fotografia o la plantilla para un aerógrafo. Todo está invertido. Lo que usted podría esperar que fuera sólido es un espacio vacío. Lo que esperaría que fuera un espacio vacío es azul cobalto sólido. Cuando lleve algún tiempo en el quinto nivel, se acostumbrará a esta inversión y no se fijará tanto en ella. Puesto que el quinto nivel es la plantilla del primero, puede imaginárselo constituido por unas estrías en las que encajan las líneas del primer nivel del campo aural. O podría pensar en el cauce de un río por el que circula el agua (las líneas de energía del primer nivel). El quinto nivel de su campo es la plantilla del primer nivel, que es, a su vez, la plantilla de su cuerpo físico.

Por norma general, el quinto nivel es el más dificil de entender para las personas de nuestra cultura. En ésta, permitimos el gobierno de la razón. Si se nos pide que hagamos algo, queremos saber por qué. Queremos comprender las causas de todo. El problema de esto es que por medio de nuestra razón sólo podemos comprender aquellas cosas que están dentro de nuestra definición de la realidad. Si no hemos experimentado las realidades espirituales de las dimensiones superiores, no son reales para nosotros. Y debemos ser llevados de la mano y paso a paso hasta ellas. Tardamos algún tiempo en reconocer el paisaje, puesto que es un nuevo territorio. Debemos renunciar a nuestras ideas preconcebidas de cómo será y limitarnos a dejar que la experiencia se desarrolle por sí sola.

Para adentrarme en el mundo espiritual que describo en mis libros, tuve que confiar y seguir la voluntad divina cuando no comprendía de qué se trataba. La comprensión llegaba más tarde. No es ningún accidente que una de las primeras cosas que los guías me dijeron que hiciera fuera una acción muy simple e inofensiva. Estaban adaptando mi razón. Tenían que enseñarme paso a paso. Fui capaz de hacerlo gracias a la voluntad divina, aun cuando mi razón exigiera constantemente entender algo sobre lo que no disponía de información suficiente para comprender. La única forma de reunir la información suficiente consistía en hacer lo que se me pedía y confiar.

Nuestras imágenes negativas sobre la voluntad divina

La voluntad divina, también conocida como «voluntad de Dios», no se comprende a menudo y se ha abusado mucho de ella. La antigua manera de experimentar la voluntad divina refleja un problema de autoridad. Nuestra principal imagen negativa es que la voluntad de Dios se opone a la nuestra, porque lo más probable es que no coincida con lo que nosotros queremos. Es algo que debemos desafiar para ser libres. No obstante, se nos concede la libre voluntad de escoger. De modo que nos enfrentamos a un dilema. Disponemos de libre

voluntad, pero si no utilizamos nuestra fuerza de voluntad para obligarnos a escoger la voluntad de Dios -cosa que no queremos hacer- tenemos problemas.

En consecuencia, alimentamos otra imagen: la voluntad de Dios es algo que temer, porque si no cumplimos la voluntad de Dios seremos castigados. Así pues, si no sabemos en qué consiste, no se nos castigará tan severamente. De modo que preferimos ignorar qué es.

Otra imagen sobre la voluntad divina que utilizamos para resignarnos a las situaciones dolorosas es ésta: «Yo no puedo hacer nada para cambiar la voluntad de Dios». Esta idea nos descarga de la responsabilidad de hacer algo para resolver una situación dolorosa.

La voluntad divina es también un bonito pretexto que justifica cualquier cosa que no comprendemos. Una vez más, ¡no tenemos que comprenderla! Es misteriosa. De hecho, ¡hasta sería un sacrilegio tratar de entenderla!

En nuestras religiones se ha usado la voluntad de Dios para controlar a la gente con la idea de que sólo unos pocos saben cuál es la voluntad de Dios. En consecuencia, los demás tenemos que hacer lo que esos pocos nos dicen. Fundamentalmente, esos escogidos han invertido nuestra imagen principal y han actuado, quizá inconscientemente, como si su voluntad fuese la voluntad de Dios. Han utilizado la principal imagen de Dios que comparten sus seguidores en su beneficio. Se ha utilizado la voluntad de Dios como pretexto para matar y conquistar territorios. De hecho, probablemente se ha empleado la voluntad de Dios como una excusa por todas las cosas terribles que los diversos pueblos han hecho a otros a lo largo de la historia.

Si consideramos que nuestros deseos están en conflicto con los de Dios, podemos echar la culpa de nuestros problemas a Dios. Es Dios quien no nos concede lo que queremos. Esta idea deja el poder fuera de nuestro alcance. Lo único que debemos hacer en esta coyuntura es ser buenos, según las reglas de una determinada religión, y entonces puede que él nos dé lo que queremos. Nuestra imagen negativa del bien es que resulta fastidioso, dificil de conseguir y, sin duda, exento de libertad. Dios se parece a nuestros padres, ¿no es cierto? «Si te portas bien, podrás comerte un helado.» No es de extrañar que la gente huya de la voluntad divina.

Nuestras imágenes negativas de la voluntad divina nos induce también a confusión acerca de qué es la voluntad. Las más de las veces, entendemos la fuerza de voluntad como algo que necesitamos para realizar cosas, ya que resulta dificil realizar cosas. . Siempre hay algo o alguien que tenemos que empujar o apartar de nuestro camino. Dicho de otro modo, otra imagen negativa que tenemos sobre la voluntad es que es necesaria para vencer la resistencia. La voluntad nos confiere la fuerza que nos permite salvar un obstáculo. Dentro del sistema antiguo, se considera siempre la resistencia como externa a nosotros.

De hecho, todas estas imágenes sobre la divina nos separan no sólo de los demás, sino también de nosotros mismos. Si cumplimos la voluntad de Dios y es algo distinto a lo que queremos hacer, nos alejamos de nosotros. Cuando estamos separados de nosotros, también lo estamos de los demás, y empieza la batalla.

El hecho de que tengamos que esforzarnos tanto para conciliar nuestra voluntad con la de Dios implica que nuestra voluntad no es tan buena. ¿De dónde sale la idea de que nuestra voluntad puede no ser buena? Procede de la idea de separación y de que hay algo malo en nosotros. Esos vestigios de valores religiosos antiguos son obsoletos y ya no nos sirven. Existen bajo el antiguo régimen del «poder sobre». La imagen subyacente en esa vieja forma de ser es que necesitamos un Dios para que nos haga responsables y buenos. Pero, ¿realmente es así? Heyoan dice:

* * *

Todo esto, amigos míos, es una ilusión. En virtud de vuestro empuje, creáis la resistencia a vencer. Sin la resistencia, ¿qué haría la voluntad?

* * *

Conexión con la voluntad divina en su propio corazón

Estamos accediendo a una nueva forma de ser que se basa en el poder y la responsabilidad desde dentro. Considere la posibilidad de que la voluntad no tenga nada que ver con superar una resistencia, sino que nos sirve para encontrar un camino. Echemos un vistazo a las distintas metafisicas en las que esta voluntad tiene sentido.

Si reconocemos poseer en nuestro interior un Dios bueno y responsable que vive en sincronía con, y forma parte holográficamente del gran Dios universal, nuestra voluntad interna coincide con la de Dios. Simplemente, es la misma. No hay nada contra lo que luchar, nada que vencer. No hay más que acción a desempeñar para obtener aquello que persigue la voluntad. La voluntad evoca acción.

Tenemos necesidad de saber en qué consiste nuestra voluntad buena. ¿De dónde procede? ¿Cómo identificamos esa voluntad buena en nuestro interior? ¿Cómo sabemos que es la adecuada? ¿Cómo es?

Es el momento de volver a la nueva metafisica M-3, que se introdujo en el capítulo 3. Dentro de este marco, todas las cosas fisicas emanan de la mente o la conciencia. Así, nuestra vida física procede de la mente. Ésta ya existía antes de la materia. Si asumimos que la mente dio origen a la vida fisica, debía de tener un objetivo al hacerlo. El objetivo de la mente universal al hacer esto es el objetivo divino. El objetivo divino para el que fuimos creados es nuestra misión en la vida. La voluntad divina pone en práctica la razón divina.

El mundo fisico es mantenido constantemente en creación por la mente universal o divina. Nuestro objetivo es progresivo. Es, para así decirlo, vivo. Nuestro objetivo se prolonga no sólo a través de la vasta extensión dé nuestra vida, sino que funciona en el momento de aquí y ahora. Nuestro objetivo en este preciso instante está siempre relacionado con nuestro objetivo en la vida, sea cual fuere la situación en la que nos encontremos. Nuestra voluntad divina interna funciona en todos los pequeños momentos, en todas las grandes extensiones de tiempo, en las acciones modestas y en los ambiciosos proyectos a largo plazo. Funciona holográficamente para servir al objetivo divino.

La relación entre libre voluntad y voluntad divina

Nuestra confusión respecto a la voluntad se produce cuando no entendemos que la elección de la libre voluntad en cualquier momento es obligada siempre a servir nuestra voluntad divina interna. El grado en que elegimos libremente nuestra voluntad divina interna es el grado exacto en que nos expresamos y actuamos conforme a nuestro verdadero ser. Esta voluntad se basa en el «poder de dentro» más que en el «poder contra» o el «poder sobre» otro. Se basa en la responsabilidad más que en la culpa. Se basa en la libertad para todos más que en el control de los demás. En la voluntad divina, no hay sitio para la culpa ni para la ilusión de algo externo contra lo que luchar.

En los aspectos de la vida en los que tenemos dolor y conflicto, hemos actuado en función del miedo y no hemos seguido nuestra voluntad divina interna. Quizá estamos desconcertados respecto a lo que queremos hacer con nuestra vida. Actuamos impulsados por el miedo y hacemos lo que creemos que agradará a los demás. Aquí, nuestras acciones siguen funcionando desde la perspectiva de que debemos luchar contra algo externo a nosotros para seguir nuestro camino, por lo que no nos molestamos en obedecer nuestra verdadera voluntad. No hacemos lo que realmente queremos hacer. Hasta podemos crear una resistencia externa aparente que nos impide hacer lo que queremos. En realidad, luchamos contra nosotros mismos; los demás son sólo «suplentes». A veces, decimos cosas calculadas para inducir a alguien a quejarse, para poder renunciar a hacer algo que queremos pero que nos asusta demasiado. Por supuesto que no lo vemos así en el momento de nuestra toma de decisiones. Sólo nos fijamos en las quejas de la gente que nos rodea como una desviación respecto a lo que sabemos que debemos hacer. Pero, a la larga, eso nunca da resultado. No alcanzaremos la felicidad hasta que hagamos lo mejor para nosotros mismos.

Así, por ejemplo, la redacción de mi primer libro fue una tarea muy complicada. Estuve luchando constantemente contra mí misma. Pasé mucho tiempo sumida en la duda y el rechazo, comprometiéndome a demasiadas cosas a la vez, por lo que no me quedaba tiempo para escribir. Tenía demasiado miedo de admitir que lo que hacía era una obra muy importante, y que el mundo quería realmente ese material. La mayoría de la gente no sabía siquiera que estaba escribiendo un libro. Casi todas las personas a las que hablé de publicar un libro mío pensaron que era una idea estúpida. «¿Quién en su sano juicio consagraría los ahorros de toda su vida a un libro que ya ha sido rechazado por doce editores?», preguntaban. Pero yo sabía que mi objetivo divino consistía en ofrecer ese libro al mundo, de modo que lo hice y confié. Fue un gran acto de fe que me aportó mucho poder. Cambió mi vida, porque sabía que mi obra era fruto del amor.

Nuestra intención divina en cada momento está siempre alineada con el todo universal. Puede que la gente no lo sepa y se queje de lo que hemos decidido hacer, pero es responsabilidad nuestra decidir qué hacer y actuar en consecuencia. Lo que la mente divina dice que debemos hacer no suele ser la solución más sencilla. Muchas veces resulta muy dificil, como cuando me trasladé a vivir al centro sin mi marido. Si no hubiera hecho eso, mi vida habría sido muy distinta.

Algunas buenas preguntas para averiguar si está alineado con su voluntad divina:

¿Interfiere mi voluntad en la libertad de otra persona? ¿Trato de controlar a alguien?

¿Se basa mi voluntad en la culpa y desafia por tanto a una autoridad imaginaria?

¿Se opone mi voluntad a la de alguien y expresa por tanto una resistencia interna?

Si responde «sí» a cualquiera de las preguntas anteriores, todavía piensa o actúa en función de la metafísica M-1.

¿Está mi voluntad conectada en este momento al objetivo de mi vida?

¿Me lleva mi voluntad en la dirección de mi propia responsabilidad y en consecuencia de mi libertad?

¿Me ayuda mi voluntad a abrir el corazón y amar?

¿Me capacita para proceder a satisfacer el anhelo más profundo de mi alma?

Si ha respondido «sí» a cualquiera de estas preguntas, ha desplazado su perspectiva a la nueva metafísica M-3. Le dará mejores resultados.

Afirmaciones diarias para mantenerse alineado con su objetivo

Para que su vida y su salud discurran sin sobresaltos, es una costumbre muy aconsejable alinearse conscientemente con su voluntad divina ó positiva. ¿Qué es lo que desea conseguir? Esta pregunta afecta no sólo a su vida y salud personales, sino también a todos los aspectos de su vida. Como ya hemos dicho, nuestro objetivo en la vida es sincrónico con nuestro objetivo en este preciso instante. Están conectados

holográficamente. Sea lo que fuere lo que usted quiere conseguir en cualquier momento, está directamente conectado con su objetivo principal en la vida. No siempre parece ser así, pero lo es.

Si su objetivo en la vida consiste en ser sanador, por ejemplo, resulta muy importante el modo en que se ocupa de su salud en este momento, ya que afecta a su campo energético y a su capacidad de sanar a los demás. Si su objetivo en la vida es expresarse con palabras, declarar su verdad ahora mismo es una forma de permanecer alineado con su expresión. Si dar de comer a los pobres es su misión en la vida, su relación con la comida y la nutrición es muy importante. Lo que usted haga ahora por alimentar a los demás supone una práctica para su misión principal en la vida y la afecta directamente. Cómo, qué y cuánto coma usted ahora mismo es importante. Si su misión en la vida consiste simplemente en encontrar placer en vivir, su manera de enfocar la vida en este preciso instante es un paso muy importante en esa tarea. Si ahora ve el vaso medio vacío, está más lejos del placer de vivir que si lo ve medio lleno. Si siente en su fuero interno que está llamado a ser un gran líder de mucha gente, su manera de actuar con las personas que le rodean ahora y que tienen un poder mínimo es muy relevante. Si no las trata con amor y respeto ahora, no se acercará a su liderazgo. Su misión actual consiste en poner en práctica los principios más elevados en las cosas que hace a cada momento. Su misión principal en la vida no es más que el resultado de esa puesta en práctica, momento a momento, de los principios superiores de la vida. El verdadero trabajo tiene lugar ahora, esté donde esté y sea lo que fuere lo que le aporta la vida.

Si su objetivo en el momento es una versión distorsionada de su objetivo original y ocasiona por tanto dolor y enfermedad en su vida, debe situarse en alineación directa con su misión suprema, para que pueda inducir salud y equilibrio en su vida.

Una forma de alinear su voluntad es mediante afirmaciones. Si la idea de cumplir la voluntad de Dios la sugiere una lucha por hacer algo impuesto desde fuera, significa que todavía conserva la imagen autoritaria negativa de que Dios es una divinidad que dicta normas. Lo cierto es que la voluntad de Dios reside en su propio corazón. Escuche la voluntad de Dios mientras habla a través de su corazón.

He aquí la afirmación que yo usé varias veces al día durante un período de dos años, poco después de que me dijeran que cerrara mi canal y me concentrara en mi trabajo interior. La utilizaba para propiciar el paso dentro de mí de la voluntad del pequeño ego a la voluntad divina presente en mi corazón. Es una afirmación muy útil para disipar la noción de que la voluntad de Dios es una norma externa. Está tomada del discurso de un guía canalizado por Eva Pierrakos.

Afirmación para alinearse con la voluntad de Dios

Me comprometo con la voluntad de Dios
Entrego el corazón y el alma a Dios.
Merezco lo mejor de la vida. Sirvo la mejor causa en la vida.
Soy una manifestación divina de Dios.

La mecánica de obtener orientación

La mecánica de obtener orientación es, en realidad, bastante simple. Es mejor empezar de una forma muy sencilla. Puede hacerlo en grupo o solo. Conviene experimentar la obtención de orientación de ambas maneras durante su período de formación. Siéntese con un bloc y un lápiz en la mano. Adopte una postura de meditación y alinéese conscientemente con la voluntad divina.

Puede decirse en silencio: «Me alineo con la voluntad de Dios. Quiero conocer la verdad, sea lo que sea. Renuncio a mis intereses personales en la respuesta. En el nombre de Dios [o Cristo, Buda, Alá, o cualquier personaje espiritual que sea significativo para usted] quiero saber». Anote su pregunta en el papel, y a continuación aguarde la respuesta. El lápiz no se moverá automáticamente. No está haciendo escritura automática. En cambio, usted escucha telepáticamente. Escriba aquello que acuda a su mente sin discriminación. Tal vez juzgará lo que sale como estúpido o equivocado, pero escríbalo. Una vez concluido el escrito, déjelo de lado sin leerlo durante al menos cuatro horas. Luego podrá leerlo y analizarlo.

Es importante anotar todo lo que le venga a la mente cuando practique. Si lo hace así, con la práctica empezará a reconocer lo que usted inventa mentalmente y lo que oye telepáticamente. Apreciará una diferencia notoria en la calidad de la información, en el lenguaje en que se transmite y en el tono. La orientación verdadera es siempre afectuosa, solidaria, imparcial y veraz. No traicionará su integridad, su honradez ni su honor.

Si practica en grupo, pida a alguien que le formule una pregunta. Todos pueden recibir orientación sobre la respuesta. Compártala enseguida, y compare las respuestas. Quedará sorprendido de cómo coinciden y se complementan unas con otras. No tema hablar ante el grupo si cree que una respuesta es errónea. Ahora, al principio, es el momento de aprender a mantener el canal libre. Si le critican, localice la semilla de verdad en las críticas y siémbrela en su siguiente sesión de orientación. Cuando encuentre en sí mismo algo que disipar que tenga que ver con las críticas, trasládelo a una sesión para determinar cuál es el prejuicio que influyó en su canalización. Es una tarea dificil, y generalmente requiere la participación de

otra persona que esté versada en el funcionamiento psicológico y en descubrir la verdad espiritual. Yo siempre he considerado necesario recibir ayuda regular de otra persona. Cuanto más honrado sea consigo mismo, más limpio estará su canal.

La obediencia de mi orientación durante tantos años me ha aportado grandes recompensas y múltiples experiencias de éxtasis espiritual. Como solía decir cuando practicaba la curación, «es un gran privilegio, porque paso todo el día trabajando con ángeles y sumida en un estado de amor». Fue la herramienta más útil para ayudarme a ascender al sexto nivel del campo aural, el del amor divino.

El sexto nivel del aura: amor divino

A diferencia del quinto nivel, el sexto nos resulta muy familiar. Nos sentimos inspirados por la belleza de un amanecer o una puesta de sol, por la belleza de la luz solar sobre el agua o de la luna reflejándose en un lago. Las estrellas nos elevan al añil del cielo nocturno, y quedamos maravillados. Escuchamos música en una catedral o cánticos en un templo, y nos transportan al éxtasis espiritual. Nos sentimos como si nos hubieran llevado a nuestra casa, y amamos todo lo que es. Tales experiencias son únicas para cada uno de nosotros. No hay forma de que las palabras puedan expresar la intensidad y amplitud de las sensaciones espirituales. La poesía nos lleva hasta el umbral, pero nosotros lo franqueamos.

El sexto nivel del aura se asemeja a unos hermosos rayos de luz opalescente y brillante que irradian en todas direcciones en una forma genérica de huevo. Posee todos los colores del arco iris y es quizá el nivel del aura más bonito de ver. Llevando nuestra conciencia a este nivel, accedemos al éxtasis espiritual.

Todos tenemos necesidad de experimentar esto regularmente, igual que la respiración. Mucha gente no lo sabe, pero tan fundamental es alimentar el alma humana como el cuerpo. Cuando el alma humana no recibe alimento, adoptamos una actitud cínica ante la vida. Ésta se convierte en un obstáculo tras otro, y se produce una falta de bienestar. Muchas veces tratamos de compensar esta sensación de falta de algo con la riqueza material, pero no sirve de nada. El único modo de satisfacer las necesidades del sexto nivel es mediante la experiencia del sexto nivel. Esto supone elevarnos a este nivel de experiencia. Implica consagrar tiempo y energía a esta parte de nosotros en nuestra vida diaria.

Puede significar meditación habitual. Puede significar paseos frecuentes por la playa o la montaña al amanecer. Puede ser la asistencia asidua a un servicio religioso de su elección. Puede consistir en lecturas de poesía o en la audición habitual de sinfonías. Sólo es cuestión de dedicar tiempo y atención. Si la meditación en silencio no está hecha para usted, pruebe de escuchar una música inspiradora mientras medita.

Su tarea en su autocuración consiste en procurarse este tipo de alimento. ¿Qué clase de música le eleva a esos niveles? ¿Qué tipo de meditación prefiere para transportarse a la experiencia espiritual? ¿Conoce otras maneras de hacerlo? ¿Cuáles son?

Cuando lo haga con regularidad, despertará extensas partes de sí mismo que están llenas de belleza y amor y llegará a conocerlas. Entonces pasarán a formar parte de su ser normal.

En el sexto nivel experimentará el amor incondicional, tanto hacia usted como hacia los demás. El amor incondicional es la experiencia de velar completamente por el bienestar de otra persona sin esperar nada a cambio. Usted entrega su amor sin imponer condiciones. Esto implica aceptar completamente al otro tal y como es. Supone dar su amor de una manera que rinda honor y respeto a la identidad del otro, se complazca en sus diferencias respecto a usted y le ayude a avanzar hacia su superación. Significa el reconocimiento de la fuente de vida que hay dentro del otro como la fuente de lo divino.

La importancia del deseo

Todos los niveles pares del aura son niveles sentimentales. Todos ellos contienen nuestros deseos. En el segundo nivel -el de los sentimientos hacia nosotros mismos- guardamos el deseo de estar a gusto con nosotros mismos, amarnos y ser felices. En el cuarto nivel, nuestros deseos se centran en nuestras relaciones con los demás: nuestro deseo de una relación íntima, de un hogar lleno de amor y de amigos que nos aprecien. En el sexto nivel, nuestros deseos consisten en sentirnos conectados con todo lo que es, conectados con Dios. Tales son nuestros deseos de comunión espiritual.

Algunos grupos espirituales o religiosos sostienen que los deseos no son buenos, que ocasionan problemas y deben ser controlados o suprimidos. Todas las religiones principales del mundo han rechazado una parte de la experiencia humana, ya fuera el deseo sexual, el deseo de conectarse directamente con Dios en lugar de pasar antes por una determinada persona, el deseo de saber quién somos, el deseo de recordar nuestra experiencia en el pasado, el deseo de entrar en comunión con los ángeles, el deseo de conocer el bien y el mal, y el deseo de conocer la realidad, cómo se origina y nuestra participación en ella. Cada religión ha tachado algunos de esos deseos de malos, peligrosos o ridículos.

Heyoan, en cambio, tiene un punto de vista distinto. Afirma que el problema principal no reside en los verdaderos deseos por sí mismos, sino en su distorsión o exageración. Todos esos deseos están vinculados a un deseo más profundo, el anhelo espiritual que albergamos en nuestro interior en las dimensiones más profundas de quien somos. (Nos ocuparemos de estas dimensiones en el capítulo 17.) Este anhelo espiritual nos guía a través de nuestra vida. Nos lleva por el buen camino. Nos ayuda a cumplir nuestro objetivo de estar en

la Tierra. Hace poco, durante una meditación, Heyoan explicó que nuestros deseos personales son muy útiles y deben ser enumerados, aclarados y seguidos. Reproduzco a continuación un pequeño discurso de Heyoan que explica las causas de la distorsión y exageración de nuestros verdaderos deseos. Nos enseña a discernir los verdaderos deseos de los distorsionados y cómo reparar estos últimos, que nos producen una gran frustración e insatisfacción.

* * *

CONEXIÓN DEL DESEO PERSONAL CON EL ANHELO ESPIRITUAL
Canalizado de Heyoan

Adaptad vuestro objetivo de curación personal a lo que deseáis recibir, y conectaos con el plan general que es dirigido por el mundo espiritual. Cuando sigáis alineándoos con vuestra misión, que está sincronizada con la misión del mundo espiritual, la tarea será mucho más ligera y fácil. Estaréis conectados al significado profundo de cualquier suceso que experimentéis a lo largo de vuestro proceso curativo. Podréis instalaros en el objetivo que os habéis marcado y libraros de los deseos de la personalidad que no se sincronizan con los de vuestra misión en la vida.

Habéis de saber que no todos los deseos son negativos, como aseguran determinados grupos. Algunos deseos son una distorsión o exageración de vuestro deseo espiritual más profundo, que reside en el plan de vuestra vida. La insatisfacción o frustración que sentís procede del incumplimiento de la tarea espiritual profunda que habéis venido a realizar, no del aparente deseo insatisfecho que reposa en la superficie de vuestra conciencia. Así pues, vuestra tarea personal consiste en localizar y comprender la raíz de vuestros deseos distorsionados que residen dentro del plan de vuestra vida, y luego manifestar esos deseos más profundos, o anhelos espirituales, como los llamamos nosotros, de acuerdo con ese plan.

Así pues, queridos, ¿cuáles son vuestras necesidades reales? Os diré cómo dejar que los sentimientos y los anhelos de esas necesidades reales llenen vuestro ser para que puedan satisfacerse. Primero confeccionad una lista. ¿Qué deseáis crear para vosotros mismos? Procurad que esa lista sea sencilla y profunda. Cuando efectuéis esa visualización, *no nos la mandéis a nosotros como si nosotros tuviéramos que devolvérosla; sembradla profundamente en el núcleo de vuestro ser para que pueda brotar de vuestra fuente interna.* Cuando tengáis un deseo que sea nítido y esté sincronizado con vuestra misión en la vida, llevadlo a la fuente interna de la creatividad.

A medida que entréis en vosotros mismos y extendáis vuestra conciencia a un nivel de ser superior, experimentaréis directamente la conexión con el plan general de salvación y con la jerarquía que lo dirige. Porque existe un plan que implica a muchísima gente. Este plan seguirá desarrollándose sobre la faz de la Tierra en una extensión e intensidad mayores y con una mayor claridad con el paso de los años.

Es posible que lo que leáis hoy no os resulte inmediatamente comprensible. La comprensión puede llegar tal vez durante los tres, siete, diez o quince años siguientes. Guardad esas enseñanzas en un lugar personal y sagrado de vuestro interior. Llevad un diario personal sagrado para que, a medida que pasen los años y vuestro camino personal progrese, tengáis una referencia de sucesos pasados que no tenían sentido o no eran comprensibles para vosotros en el momento en que ocurrieron, pero que más adelante se convertirán en una pieza fundamental en el rompecabezas de la misión de vuestra vida. Esos diarios pueden servir también para la orientación privada que recibís para vuestro proceso personal. Nosotros pretendemos ayudaros a identificar el poder y la luz y la responsabilidad sobre ese poder y esa luz en vosotros, porque es allí donde ya descansa.

Ahora os llevaremos a una comprensión más profunda de la herida que sufrís y de la que hablamos en el primer capítulo de este libro, y a una comprensión más profunda de vuestra intención de no sentir esa herida. Esa intención recibe el nombre de intención negativa, porque no os sirve para nada bueno. Sólo aporta más dolor a vuestra vida. Esto proporcionará una mayor comprensión del ser y del proceso global de transformación personal. La tarea de transformación consiste en acceder en el ser y descubrir el paisaje interior. Vosotros ya habéis recorrido esos paisajes. Habéis atravesado túneles oscuros que conducían a más luz. Mediante este proceso de transformación, encontráis un mayor amor, integridad, poder e inocencia dentro del ser. Descubrís que el mundo interior es tan vasto como el exterior, y entonces podría ser que os preguntarais de nuevo: «¿Quién soy? ».

En el comienzo de vuestra vida, sufristeis un dolor inesperado. Reaccionasteis a ese dolor tratando de detenerlo. Al hacerlo, detuvisteis también el impulso creativo de vuestro interior. Quizá era tan simple como el dolor que sentíais cuando tocabais el quemador de una estufa, o tal vez era la mirada furiosa del padre o la madre. En el momento en que llegaba el dolor, deteníais la fuerza creativa de vuestro interior y la cubríais de sombras. Al hacer esto, os desconectabais de vuestro centro, y una parte de vosotros olvidó quién erais.

A medida que descubrís más paisajes interiores a lo largo del proceso de transformación, recuperáis el recuerdo de quiénes sois. El amor y anhelo espiritual originales que conservabais en vuestra emoción, el valor original de vuestra voluntad, y la verdad original de vuestra razón están todavía dentro de vosotros. Quizá no seáis directamente conscientes de vuestro anhelo espiritual, pero éste se abre camino a través de vuestras sombras internas en forma de deseos de la personalidad. No hay nada malo en los deseos personales en el nivel humano, por cuanto son un reflejo del anhelo divino interno, el impulso creativo original.

Los deseos que tenéis como seres humanos de relación, amor, seguridad, de encontrar una manera de crear vuestra vida como queréis, son hermosos. Quizá no sean muy claros. Puede que estén distorsionados. Tal vez deseáis una gran cantidad de dinero porque no os sentís seguros. Pero no es el dinero lo que os hará sentir

seguros. Quizá deseáis una pareja perfecta que os comprenda del todo, que no disienta con vosotros y que os cuide. Pero ¿qué se oculta debajo de este deseo? ¿La abdicación de la responsabilidad adulta? ¿El miedo al cambio? En tales condiciones, no maduraríais a partir del intercambio de ideas. Ese tipo de «perfección» no trabajaría con la condición humana; neutralizaría vuestro objetivo de vivir en lo físico.

Si queréis satisfacer los verdaderos deseos en vuestra vida, es cuestión de localizar aquellas partes de vosotros que ensombrecen y distorsionan el acto creativo original que emana de vuestra fuente interna. Podéis hacerlo despejando la sombra y las distorsiones y sincronizando vuestros deseos personales con vuestro anhelo espiritual original, que reside en lo más hondo del núcleo de vuestro ser. Están directamente conectados. Vuestros deseos personales nítidos y sin distorsión son la manifestación, en el nivel de la personalidad, de vuestro anhelo interno más profundo. Son vuestros aliados. Os conducen al núcleo más profundo de vuestra vida.

¿Cuál es el deseo que sentís ahora? Quizá pensáis que es egoísta. Puede serlo o puede no serlo. Basta con que os preguntéis: «¿Cómo se conecta este deseo de mi personalidad con el anhelo interno original que me guía a lo largo de mi vida?». Vuestro trabajo se reduce a abrir un camino entre ambos para que el deseo de la personalidad sea una mera expresión del impulso creativo interno original.

Ha habido una confusión notable en la Tierra sobre este aspecto. La mayor parte del dolor se ha derivado de esta confusión, ya. que en determinados círculos se consideran los deseos como pecado. El único pecado consiste en olvidar quiénes sois. El único pecado es la ilusión de estar en él. No juzguéis vuestros deseos. Conservad vuestros deseos como partes preciosas y sagradas de vosotros, partes de los fragmentos de vuestra vida que deben ser iluminados.

Ahora meditad para encontrar una vía desde vuestros deseos personales hasta el anhelo profundo de vuestra alma. Recordad que estáis conectados al gran plan de salvación que se desarrolla en este planeta. A medida que us curéis vosotros, también se curará la Tierra.

* * *

Es en el sexto nivel de nuestro ser donde experimentamos la fe y la esperanza.

Una parte muy importante de su proceso curativo será la acumulación de fe y esperanza. La acumulación de fe en usted, en sus recursos internos y en su capacidad de ocuparse de sí mismo y crear lo que espera y anhela en la vida: la esperanza en una vida mejor; la esperanza en una salud mejor; la esperanza en un nuevo orden mundial; la esperanza en la humanidad, en el planeta. La fe le lleva paso a paso por los túneles oscuros que todos atravesamos en la vida hacia la esperanza en el cumplimiento de nuestro anhelo.

Todos pasamos por períodos de nuestra vida en los que perdemos la fe. Esto ocurre cuando estamos en el tramo más oscuro de los túneles internos que atravesamos durante el proceso de transformación. Cuando todo falla y estamos seguros de que hemos perdido, finalmente nos rendimos a la fe y la esperanza que ni siquiera sabíamos que albergábamos en nuestro interior.

Una hermosa meditación curativa tuvo lugar durante una conferencia que di en Denver en julio de 1988. Habla de la fe y la esperanza, y relaciona la curación de su dolor con su misión en la vida. Es una herramienta muy útil para utilizar cuando se pone a prueba su fe. Ahí va:

* * *

CURACIÓN MEDIANTE LA FE Y LA ESPERANZA
Canalizado de Heyoan

Dejad que la luz os inunde y os levante mientras tenéis los pies firmemente clavados en la Tierra. Porque vosotros sois por naturaleza como un puente entre el cielo y vuestra espiritualidad y la Tierra, vuestro querido hogar en lo físico. Cuanto más dejéis que esta realidad impregne vuestra personalidad diaria, tanto más empezaréis a vivir vuestro ser real: quiénes sois y a qué habéis venido aquí. Notad cómo las energías presentes en esta sala se funden en el color blanco mientras nos unimos a vosotros para esta comunión. Abrid los ojos para ver, los oídos para oír y los sentidos para sentir nuestra presencia. No somos vuestra imaginación. En realidad, somos vuestros hermanos, y hemos venido aquí para trabajar juntos, para aportar paz y curación a este planeta.

Todos hemos aceptado hacer esto antes de que vosotros naciérais. Llegasteis aquí y adoptasteis un cuerpo físico cargados de fe y esperanza. Porque el anhelo que sentíais de venir a este planeta y servirlo era tan grande, que accedisteis a mitigar y curar una parte del dolor que existe en este planeta. Aceptasteis asumir ese dolor en vuestro cuerpo y en vuestra psique, para que pudiera transformarse en amor.

De modo que yo os digo que vinisteis con mucha esperanza en el corazón en un futuro hermoso, y con la fe guiándoos a cada paso del camino hacia esa transformación no sólo dentro de vosotros, sino también de este planeta.

Exploremos un poco más detalladamente cómo funciona esto. Nosotros lo llamamos conexión con la divinidad universal. Vosotros habéis traído una gran sabiduría y un gran poder. Habéis traído con vosotros enormes cantidades de amor, mucho más del que habéis soñado tener o recibir. Dotados de ese amor, esa sabiduría y ese poder, llegasteis aquí para curar. Habéis desarrollado un cuerpo a partir del cuerpo de la Madre Tierra. Habéis diseñado bien ese cuerpo. Habéis traído del cielo un sistema energético de las perfectas combinaciones de energía que os proporcionarán las herramientas para cumplir vuestro anhelo interno más profundo. Porque es a eso a lo que habéis venido aquí: eso es lo que deseáis hacer más que

nada. Ese sueño extravagante que lleváis secretamente escondido, envuelto en un paquetito, dentro del corazón: eso es lo que habéis venido a hacer aquí.

Tal vez ahora podáis sacar ese paquetito, abrirlo y mirar qué hay dentro. No os avergoncéis. No penséis que aquello que veis es egoísta. No lo es; es la verdad. No creáis que es demasiado extravagante, porque la única limitación que tenéis es el sistema de creencias que os habéis impuesto. No penséis que es demasiado mundano estar en el presente, estar conectado y hacer que todas vuestras acciones emanen de vuestro ser. Hagáis lo que hagáis en ese momento, es un acto muy sagrado. Es un acto de fe.

Si todavía no habéis abierto vuestro paquetito, hacedlo. Quedaréis encantados con lo que habéis traído hasta aquí. Os sugiero que cojáis ese paquete abierto, lo pongáis sobre un altar y meditéis sobre él dos veces al día, durante cinco minutos como mínimo. Estoy seguro de que podéis encontrar cinco minutos dos veces al día, cuando os levantéis por la mañana y antes de acostaros por la noche, para alinearos con esta intención. Si sois reservados al respecto, mantenedlo en secreto. Si deseáis hablar de ello, sois libres de hacerlo. Pero elegid bien las personas a las que hablaréis de ello, escoged a quienes os comprenderán y apoyarán en vuestro empeño. Porque tenéis una tarea por desempeñar. Os describiré esa tarea de la manera siguiente.

Me gustaría que revisarais vuestra vida. Regresad a vuestra infancia para localizar el dolor más intenso que hayáis sentido jamás. Buscad la semilla de ese dolor. Porque cada uno de vosotros lleva una semilla de dolor en su interior.

Una vez que la hayáis encontrado, seguid el recorrido que habéis hecho desde la semilla. Observad cómo ha penetrado en cada momento y cada área de vuestra vida. Fijaos en cómo habéis acarreado ese dolor, año tras año. Sí, ha cambiado. Se ha expresado de forma diferente en distintas áreas, pero os aseguro que es el mismo dolor.

Es precisamente el dolor, no sólo dentro de vosotros sino reflejado en el mundo, lo que habéis venido a curar aquí.

Habéis tomado ese dolor y lo habéis colocado dentro de vuestro cuerpo y en vuestra psique. Habéis hecho esto con mucho valor. No hay escapatoria. Huir del dolor no permite curarlo. Sólo queda la curación.

Me gustaría que tomarais ese dolor y lo envolvierais suavemente en amor y aceptación. Tratadlo como a un recién nacido, como a un niño que ha olvidado quién es. Es un niño de *esperanza,* un niño del futuro brillante y resplandeciente, y sois vosotros, los sanadores, quienes tenéis la *fe* para curar ese niño. El primer paso en vuestra autocuración consiste en aceptar que os corresponde a vosotros curar ese dolor. Es vuestra tarea personal, que habéis aceptado voluntariamente no sólo en favor vuestro, sino también del planeta. Vosotros, como sanadores, habéis hecho el juramento de ser meticulosamente honestos con vosotros mismos, de amar y respetar el ser, de seguir y obedecer la sabiduría divina que está dentro, encima, debajo y alrededor vuestro.

Notad nuestra presencia en la sala. No tenéis necesidad de asumir esta carga solos. Siempre hay orientación. Usad vuestra *fe* para sanar vuestro cuerpo. Convertidlo en un hábito. No esperéis a sufrir dolor. Hacedlo con fe.

Sobre vuestro altar, colocad el dolor del niño junto al amor del sanador interno: *Uno es esperanza y uno es fe.* Son esas dos cosas las que fundirán y transmutarán vuestra energía de modo que vosotros y la Tierra podáis transfiguraros en luz. Sentid el amor que hay en esta sala. Sentid la luz que sois. Sentid la luz que está encima y debajo de vosotros. Sentid la luz que os rodea, y la luz de aquellos que se han ido antes que vosotros. Sentid la luz en cada célula de vuestro cuerpo. Sed quienes sois. Eso es todo cuanto habéis ofrecido. Sed quienes sois, eso es todo cuanto se exigía. Sed quienes sois, es todo cuanto se necesitaba. Sed quienes sois.

* * *

El séptimo nivel del aura: mente divina

Dicen que la forma más elevada de éxtasis es pensamiento puro, creativo y divino. Éste es el don del séptimo nivel. Aquí es donde se eleva el creador, porque es aquí donde conoce el modelo perfecto y entiende que él es Dios. Aquí teje su entramado dorado a través del modelo universal perfecto de creación, aportando más perfección si cabe a un tejido de realidad vivo, vibrante y dorado.

Esto es patrimonio de todos; es el estado más natural y normal de todo el mundo. Cuanto más nos lo permitimos, más vivos nos hacemos, más sanos estamos y más humanos nos volvemos. No podríamos existir sin este séptimo nivel. Existiremos en mucha mayor felicidad, éxtasis y amor cuando nos concedamos esto en la simple meditación diaria, y luego lo integremos en nuestra vida cotidiana. No se subestime. Ya está en usted. Es cuestión de llevar su conciencia a ello, y de ser quien es.

Meditaciones para alcanzar el séptimo nivel

Efectúe esta sencilla meditación durante diez minutos cada mañana al levantarse, y quedará sorprendido de lo bien que discurre su jornada. Adopte una postura de meditación y mantenga la espalda recta. No recueste la parte superior de la espalda en nada. Si necesita un apoyo, coloque algo debajo del sacro. Ahora limítese a repetir cada palabra del siguiente mantra a cada inhalación o exhalación que haga. Cada vez que se aleje su mente, devuélvala a las palabras del mantra, que son: «Permanece tranquilo, y sabrás que soy Dios».

El nivel de la mente divina nos lleva a nuestra razón de ser. El séptimo nivel del campo es la mente divina, que conoce el modelo perfecto. Cuando elevamos la conciencia a este nivel de nuestro ser, accedemos a un estado de claridad que nos conduce a la comprensión de que todo es perfecto tal y como es, incluso con sus imperfecciones. Sólo podemos entender esto a partir de este nivel de nuestro ser. Desde otros niveles, esto puede parecer una rendición o una idea frívola que no tiene nada que ver con la realidad. ¿Cómo podría ser perfecto algo que es imperfecto?

Es desde el séptimo nivel que comprendemos que la experiencia terrestre es un aula donde se aprenden lecciones. La lección principal es aprender a amar. Resulta fácil amar lo que es perfecto y no nos plantea problemas. Es cuando estamos sometidos a conflicto y dolor que necesitamos aprender a amarnos a nosotros mismos y a los demás. En consecuencia, las imperfecciones de la Tierra constituyen la situación perfecta en la que aprender a amar. Si supiéramos amar en todo tipo de condiciones, no habríamos propiciado esas condiciones. Cuando aprendamos a amar en cualquier situación, el amor que daremos cambiará las condiciones.

En el séptimo nivel, el aura está formada por unas líneas brillantes y muy intensas de luz blanca-dorada. Esas líneas de luz sujetan toda la estructura y son extraordinariamente fuertes. La meditación en la que se eleva la conciencia a este nivel infundirá una sensación de fuerza, comodidad y aceptación en la vida. Puesto que todo es perfecto y funciona dentro de un orden perfecto, aquello que ocurra debe tener una razón elevada detrás, sea la que fuere. Las cosas malas no ocurren porque seamos malos. Nadie nos castiga. Muchas cosas proceden de un orden más amplio que tal vez no llegamos a comprender. Pase lo que pase, aunque no tenga sentido o lo tenga sólo en un contexto negativo, es una lección sobre amar. Lo que sea.

El aprendizaje de cuál es la razón elevada de cualquier situación dificil nos ayuda a afrontar lo que sucede. Si sabemos que estamos aprendiendo una lección divina a través de una experiencia complicada, resulta más fácil superar ésta, aunque no sepamos de qué lección se trata. Las más de las veces, ignoramos de qué lección se trata porque generalmente no podemos comprenderla hasta que la hayamos aprendido.

Me vienen a la mente dos casos concretos que muestran cómo un suceso inaceptable se volvió aceptable mediante la rendición al proceso curativo o a la lección de la vida que se aprendió, y la elevación a un nivel superior de comprensión.

La curación del corazón de Stephanie cura el corazón de su familia

En 1985 realicé una serie de sesiones curativas con una niña de tres años y su madre. La pequeña, Stephanie, había nacido con un defecto del atrio septal (DAS), un agujero del tamaño de una moneda de veinticinco centavos entre las dos cámaras del corazón. Se había concertado una operación a corazón abierto para julio de 1985. La madre, Karen, se había sometido a varias intervenciones y temía por el dolor que Stephanie experimentaría después de la operación. El motivo inicial por el que Karen me trajo a su hija fue el de evitar la cirugía.

En cada sesión, Karen preguntó a Heyoan si su hija necesitaba realmente someterse a una operación a corazón abierto. ¿No existía ninguna manera de evitarla? Yo también era partidaria de eludir la cirugía. Cada vez que Karen interrogaba a Heyoan al respecto, yo me ponía nerviosa. No quería ofrecerle predicciones falsas. Hacia el final de una sesión curativa, Heyoan, como si se hubiera hartado de nuestros lamentos, me dijo de repente: «Ven, sígueme».

Me vi corriendo por un pasillo de hospital detrás de Heyoan. Él abrió las puertas del quirófano, me condujo a la mesa de operaciones y dijo: «Fíjate en esto». Me incliné y observé la cavidad abierta en el pecho de Stephanie. La operación discurría por buenos derroteros. Luego, la escena viajó en el tiempo y se detuvo en la recuperación. Stephanie se recuperaba bien. Después me paré en el día o el segundo día siguiente a la intervención. Stephanie ya estaba sentada en la silla de su habitación en el hospital, mucho más animada. La vi levantarse de la silla de un salto y correr hacia sus padres cuando éstos entraron en la habitación. A continuación, la escena me mostró a Stephanie a los trece años de edad, accediendo a la pubertad. Estaba de pie frente a un espejo, contemplando la cicatriz que surcaba su pecho. Tenía un aspecto magnífico, saludable y radiante. Examinaba la cicatriz con una actitud curiosa y despreocupada. La cicatriz la ayudaba a conectarse con su corazón y su afectividad.

Entonces Heyoan dijo: «No es tan terrible, ¿verdad?». Confié mi pequeña aventura a Karen, y sus temores se disiparon por unos días, aunque, por supuesto, a la siguiente sesión ya habían vuelto.

A mí me resultaba muy difícil mantenerme imparcial durante las sesiones curativas. Comoquiera que también soy madre e hija, quería contribuir a evitar aquella operación. Después de haber sufrido una cesárea con complicaciones en ocasión del nacimiento de mi hija, descubría asimismo que estaba predispuesta en contra de la cirugía, si bien ésta había salvado la vida de mi pequeña. Debido a mis propios prejuicios y a la presión de Karen, volvía a tener problemas para mantener mi canal libre. Por último, pude elevarme a través de los niveles superiores del campo aural hasta Heyoan, y recibí de él la orientación que sigue:

* * *

Los problemas de corte afectivo tienen que ver con vuestra capacidad de retener a alguien dentro del campo de vuestra* energía amorosa y permitirle, al mismo tiempo, experimentar su vida tal y como la ha planificado para sí mismo. No podéis proteger ni salvar a un hijo vuestro de su propio karma. En este caso, el karma

supone el plan de vida escogido por éste. Porque se trata de un alma sabia, ha venido a cumplir una tarea hermosa y ha elegido la manera exacta de hacerlo, y sigue eligiéndola momento a momento. Sigue renovando su compromiso con la vida en el mundo fisico a cada momento, igual que vosotras dos.

[Aquí, Heyoan se refiere a Barbara y Karen.]

De este modo, si pudiéramos acceder a estas discusiones desde este punto de vista más amplio, quizá habría menos interferencias en el canal. Si las dos accedéis a la sede de la sabiduría en vuestro interior, encontraréis la sabiduría más profunda den-

tro de vosotras que escogió las operaciones que ha experimentado cada una. Ambas aprendisteis muchas cosas. Por ejemplo, una [refiriéndose a Barbara] se puso en camino para convertirse en sanadora, ¿no es cierto? Porque antes de aquello no tenía experiencia ninguna del dolor o la enfermedad, y por tanto no existía empatía con quienes estaban enfermos porque le faltaba esa experiencia.

En tu caso, querida Karen, valen las observaciones similares. No habías experimentado nunca mejores cuidados hasta que te sometiste a cirugía. Te abrió grandes perspectivas respecto al corazón, de cuidar y ser cuidada, de ceder y confiar. Pero te oigo decir: «¿Confiar? ¿Acaso bromeas? Confié... ¡y mira qué ha ocurrido!». Y yo te contesto: mira lo que ha ocurrido. Tuviste dos hijos maravillosos. Recibiste cuidados. La relación entre tú y tu marido y entre tú y tu familia más amplia progresó muchísimo.

Ahora, tú te ocupas de ellos. Comprendes mejor su dolor. Sin duda, estás bien preparada para ayudar a tu hija a superar esta operación, si es que se produce, porque ya sabes cómo es. Así pues, plantéate lo siguiente: «¿Qué pediste a los demás cuando te sometiste a tu operación? ¿Qué te dio más placer: las flores en la habitación, las visitas, las manos afectuosas que te cuidaban? ¿Cómo se alivió tu experiencia? ¿A través de qué experiencias tu estancia en el hospital te resultó más placentera?».

De este modo, si una hija tuya debe someterse a cirugía, ¿cómo puedes estar con ella? Elige el hospital cuidadosamente, como hiciste para el parto. Permanece en el hospital con ella. Vive la experiencia. Siente tus sentimientos. Mantén a tu hija en tu campo de amor, sabiendo que todo cuanto ocurra es la voluntad de Dios y la voluntad de ella. Esto es lo más difícil. Pase lo que pase, lo habrá elegido ella. En consecuencia, respeta la sabiduría del alma que reside dentro de tu hija. Respeta y apoya sus opciones. Apoya el aprendizaje que esa niña se ha propuesto realizar. Si escoge pasar por el quirófano, has de saber que es su afirmación de una mayor confianza en la familia, en el amor y en el corazón.

Esto puede parecer una contradicción, pero fíjate en la experiencia. ¿Acaso alguien no necesita más confianza en la familia, en el amor y en el corazón para vivir la experiencia que para no vivirla?

Sí, claro, Barbara podría argumentar: «Pero ¿por qué no puede evitar la operación? ¿Por qué no?». Y nosotros nos limitamos a decir que un procedimiento es mejor que el otro. Cada uno imparte una lección distinta.

No olvides conservar un respeto y un valor absolutos. Ella tiene mucho valor. Te dirá: «Mira, mamá, voy a hacer esto, y aumentará tu fe tanto como la mía. Te lo ofrezco como un regalo. Porque el mundo es seguro, aunque contenga dolor. El mundo es afectuoso, aunque haya separación. El mundo es hermoso, aunque haya desorden. Y yo hago esta afirmación a través de estas acciones de mi fe ciega en el ámbito físico. Te lo ofrezco como un regalo. Y así, mamá querida, yo he venido a curar tu corazón como tú has venido a curar el mío».

* * *

KAREN: A la luz de todo este discurso positivo, que me ha conmovido de veras, mi marido quería saber si pueden derivarse problemas psicológicos de esa operación. La niña parece muy íntegra, y todo apunta a que la posibilidad nos resulta más difícil a mi marido y a mí que a ella.

HEYOAN: Hoy te hemos hablado en los mismos términos que utilizamos para reproducir los alegatos de la sabiduría más grande, más amplia y más profunda de Stephanie. Pero, por supuesto, existe la parte que olvida. Naturalmente, si la niña se somete a cirugía, cuando despierte sufrirá dolor, y reaccionará al dolor, y entonces dirá: «Mamá, llévame a casa. Mamá, llévame a casa». Y tú no podrás hacerlo. Pero podrás permanecer a su lado y decirle: «El mundo es un lugar seguro. Lo recuerdo porque tú me lo dijiste».

Y lo mismo vale para tu querido marido. No sirve de nada proteger a tu hija de su propia sabiduría. Respetad la sabiduría profunda de su elección, y quedaréis fortalecidos por ella. Cuando la niña olvide su fortaleza, vosotros podréis darle la vuestra. Simplemente, le devolveréis el regalo. Veréis cómo se establece un hermoso flujo de armonía entre todos los miembros de vuestra familia.

KAREN: No tengo más preguntas, sólo me queda dar las gracias a sus guías por sugerir que practicáramos la imposición de manos y por toda su ayuda. Ha sido un verdadero placer hacerlo durante este mes. A ella le gusta y a mí también, y se ha convertido en un ritual.

[Heyoan había aconsejado a Karen que practique la curación por imposición de manos con Stephanie todas las noches a la hora de acostarse. Ambas habían establecido una relación mucho más estrecha entre ellas mediante ese procedimiento y llevaban varios meses utilizándolo.]

HEYOAN: Sí, es una comunión muy bonita, ¿verdad? KAREN: También quisiera saber si hoy ha sucedido algo que deberíamos conocer.

HEYOAN: El corazón se ha fortalecido; la fe de Stephanie se ha reforzado; pero aún tendrá que transcurrir algún tiempo para que conozcáis el desenlace. Lo siento, querida, pero nosotros respetamos una vez más la sabiduría de tu alma, puesto que tendrás una gran alegría cuando salgas de tu túnel.

BARBARA: Trataré de ver qué hay en este túnel. [Mira en el túnel.] Parece uno de esos juegos de construcción con bloques, una especie de juego instructivo

al que pueden jugar niños y adultos. Eso es lo que hay en el túnel.

Aguardan como si tuvieran algo más que decir, pero no tienen nada más que decir. No sé si usted tiene más preguntas.

KAREN: Tengo muchas sensaciones. Puedo sentir el túnel. Una gran parte de lo que estoy afrontando durante este último mes es la separación respecto a mis padres. Finalmente estoy aceptando el hecho de que mis padres ya no están aquí conmigo. Y cuando mencionaron el túnel, sentí como si yo tuviera que estar aquí con mi familia, madurar y separarme realmente de la dependencia de mis padres ... Yo dependía de ellos, y ellos nunca estuvieron allí para mí. Tengo muchos sentimientos sobre ellos. No sé qué preguntar al respecto.

HEYDAN: Lamentamos que experimentaras ese dolor, y sentimos mucho que no fuese exactamente como tú querías, desde el nivel infantil. Y, como ya hemos dicho, tu sabiduría superior escogió las experiencias de tu infancia. Si ahora revisas tu maternidad y ves el prodigio de la misma, de tu expresión y del enorme espacio que tienes para expresarte a través de la maternidad, comprenderás algunas de las opciones que has tomado. Porque no hay nadie que se incline sobre tu hombro y te diga: «No, así es como debe actuar una madre». Y tampoco lo harás tú con tu hija cuando se convierta en madre.

KAREN: Eso es cierto. Olvido la libertad.

HEYDAN: Así pues, cuando estés en el hospital, no dejes que nadie se incline sobre tu hombro y te diga: «Así es como deberías actuar». Sé completamente tú misma, y si necesitas a alguien que te sostenga, pídelo por todos los medios, por cuanto nadie madura realmente, al menos en este sentido. Las necesidades son reales y son hermosas, y acercan a las personas y crean más amor entre ellas, más comunicación y fortaleza. Podría decirse que una necesidad supone el incremento de la fortaleza. Admitir un miedo equivale a encontrar amor. Admitir que estás perdida significa que estás encontrando el camino a casa. Una necesidad es una declaración de verdad, de dónde estás a lo largo de tu camino. Cuando Cristo estaba en la cruz, expresó sus dudas. Hubo un momento de desconfianza, y la expresó. Luego fue seguido por un momento de fe. Así pues, sé completamente en ti y quien eres a cada momento. Esto aportará más valor y más fortaleza a los que te rodean. Apóyate más en tu querido marido. Él es muy fuerte.

KAREN: ¡Ya lo creo!

HEYDAN: Quizá lo olvida de vez en cuando. Trata de apoyarte un poco más, y lo recordará.

KAREN: Siento que voy a cargarle demasiado peso. No quiero apoyarme sobre él. Es asombroso. Gracias.

HEYDAN: Ha sido un verdadero placer, y recuerda que estamos siempre contigo. Estaremos allí, sosteniendo suavemente a tu hija, cuando abandone su cuerpo durante la presunta operación.

KAREN: Sí, ya lo sé. No quiero contar con el hecho de que la operación no tenga efecto, por lo que me estoy preparando para...

HEYDAN: Lo harás. Debes atravesar tu túnel en un sentido o en otro.

Mediante la orientación, se vio cada vez más claro que probablemente la operación se llevaría a cabo para ayudar a toda la familia a estar unida y a aprender a tener fe y confianza en la vida en un mundo fisico. Ambos padres tenían una orientación muy espiritual, y de alguna manera habían equiparado la cirugía a no haber hecho algo espiritualmente correcto. Durante la serie de sesiones de orientación, se hizo evidente que ése no era el caso. En la última sesión, Heyoan dijo a Karen que, poco después de la operación, su marido Michael encontraría un nuevo empleo, se marcharían de Brooklyn y se instalarían en una pequeña ciudad situada a una hora de Nueva York, donde su vida adoptaría una forma distinta. Todo esto, añadió Heyoan, sería consecuencia de los enormes cambios y la madurez experimentados por la familia en el proceso de la curación familiar iniciada por la intervención de Stephanie. Karen respondió que su marido llevaba más de un año buscando otro empleo y que querían mudarse a Nueva Jersey. Heyoan dijo que no había llegado el momento de trasladarse, porque antes debían completar la curación familiar que estaba teniendo efecto. Era importante para Stephanie que completara su curación en su antiguo domicilio y lo dejara todo atrás para empezar una nueva vida en su nueva casa.

Cuando escribo este libro es el año 1992. Acabo de entrevistar a Karen para comprobar los resultados de todo el trabajo. Son felices y están a gusto. Karen afirma que su vida es mejor de lo que nunca soñó. Me ha confirmado el corto trayecto que Heyoan me hizo emprender, a través del quirófano. Los hechos se sucedieron tal y como él había anunciado. Stephanie se sometió a una operación a corazón abierto en julio. Su recuperación fue muy rápida. A los dos o tres días posteriores a la intervención, estaba muy animada. En el preciso instante en que las enfermeras le quitaron los tubos, la niña se levantó de la silla de un salto y cruzó la habitación corriendo para recibir a sus padres cuando éstos entraban por la puerta.

Karen dijo que Stephanie había sufrido tres traumas emocionales durante su estancia en el hospital. Se produjeron cuando el personal tuvo que separar a Stephanie de sus padres para efectuarle pruebas, para operarla y más tarde para quitarle los tubos. Karen añadió que Stephanie había tenido tres pesadillas las tres primeras veces que durmió en casa, una por cada trauma emocional. Posteriormente, la niña estuvo bien, sin malos recuerdos ni problemas sobre su experiencia en el hospital.

La familia se marchó de vacaciones en agosto, otra cosa que Heyoan dijo que ocurriría y que ellos no creyeron. A su regreso de las vacaciones, Michael recibió una oferta de trabajo de Nueva Jersey. Era el empleo que quería, pero lo había rechazado previamente porque el sueldo era demasiado bajo. Ahora habían incrementado el salario de acuerdo con sus exigencias. Karen dijo que sólo habían tardado dos días en encontrar la casa que compraron. En octubre ya vivían en Nueva Jersey, y Michael desempeñaba su nuevo empleo.

Karen afirma que la experiencia curativa con Stephanie supuso un paso muy importante en la evolución de la familia. Dice que al cabo de tres o cuatro semanas de la operación, Stephanie era una niña distinta. Antes de la intervención había sido una niña triste, pero posteriormente entró de lleno en su cuerpo y cambió de color. Ahora tiene diez años. Se llama a sí misma «la Niña Corazón». Escribe muchos poemas y música, canta, y muestra interés por actuar.

Karen sostiene que, gracias a la experiencia, aprendió a confiar mucho más en la sincronía del universo. Echando la vista atrás, se da cuenta de que todo sucedió en su debido momento. Por ejemplo, aunque Michael había buscado un empleo durante un año, no podían mudarse de casa hasta que la curación hubiera concluido. En cuanto ésta terminó, todo se combinó fácil y automáticamente para dar lugar a la nueva vida que la familia se había forjado.

Karen dice ahora: «Estoy aprendiendo a confiar en ese plan general. Hay que esforzarse por todo. Pero cuando haces un esfuerzo y sigues encontrando una resistencia, debes saber que está pasando algo. No sólo podría ser que tú te resistas; podría ser que no haya llegado el momento oportuno, y que tiene que ocurrir algo más, que debe completarse algo. Porque, una vez concluido, todo encajó a la perfección. Yo pasé dos días mirando casas, Michael me acompañó un día, y compramos esta casa un día después de verla. Acababan de rebajar su precio, de modo que encajaba dentro del límite de nuestras posibilidades. Todo funcionaba como un reloj. Me siento como si hubiera aprendido a confiar en eso a raíz de la experiencia con Stephanie. Y he seguido aplicando esa confianza en todo. Cuando algo es correcto, discurre con fluidez. No hay necesidad de ir contra corriente».

Andy reconcilia a su familia

El segundo ejemplo que nos brinda la posibilidad de aceptar lo inaceptable elevándonos a un nivel superior de comprensión y transformando por tanto nuestra experiencia vital es el caso de un joven de unos veinticinco años que se moría de un melanoma maligno. Le llamaré Andy.

Andy vivía a unas tres horas en coche de mi consulta, y su encantadora madre le traía a las sesiones curativas. Cuando conocí a Andy, le quedaba, según sus médicos, menos de un año de vida. El cáncer ya se había extendido por todo su cuerpo y ahora empezaba a invadirle el cerebro. Más tarde, mientras trabajaba conmigo, se sometía a radiaciones periódicas para reducir el tamaño de los tumores, que para entonces ya empezaban a causarle dolor.

Nadie había dicho a Andy cuál era el verdadero estado de su salud, pero él lo sabía en su fuero interno. Lo más sorprendente era que Andy no estaba realmente preocupado ante la posibilidad de morir. Esto era evidente incluso cuando empezó a acudir a mí y aún no padecía dolor. Desde el mismo momento en que entró en mi consulta por vez primera, no se esforzó mucho por vivir en el cuerpo físico. Admitía que era muy ambivalente respecto a estar en el mundo físico. Quería saber más sobre el mundo espiritual. Canalicé muchos mensajes de Heyoan a Andy, y se hicieron buenos amigos.

Con el tiempo, Andy se sintió más cómodo en el mundo espiritual y se propuso encontrar a su propio guía. Se preocupó cada vez más por el amor entre las personas, especialmente por las relaciones afectivas entre los miembros de su familia. A veces se preguntaba si moriría pronto, pero en cada ocasión declaraba su ambivalencia y una cierta curiosidad, como si esperara una gran aventura.

Pronto tuvo un sueño profético que le sacó por completo de su negación. Dijo que estaba convencido de que iba a morir porque había visto a su guía. En el sueño, su guía se le acercaba cada vez más, hasta que él se fusionaba y se hacía uno con su guía. Luego, en ese estado de unidad, contemplaba cómo los asistentes a su funeral bajaban su ataúd a la fosa. Andy murió aproximadamente al cabo de un mes.

Yo me quedé muy triste. Sabía que aquel joven tenía mucho que enseñarme a mí y a los demás. Sentía que le había fallado porque había muerto, aunque él lo había aceptado. Me mostré bastante reacia a volver a ver a su familia, hasta que su hermano y su madre vinieron a verme después de una conferencia que di en su distrito. Yo asumía que no estarían demasiado contentos conmigo, puesto que no había podido «salvar» a Andy. Pero me llevé una enorme sorpresa. Me dieron las gracias profusamente y me dijeron que la curación de Andy había tenido un profundo efecto curativo sobre toda la familia. Mediante el proceso curativo, la entrega de Andy a la verdad y al amor había contribuido a que los miembros de la familia se abrieran unos a otros de un modo tan intenso, que la familia entera había cambiado.

Su hermano me contó que se había producido una grave escisión familiar en torno al nacimiento de Andy, unos veinticinco años atrás. Aparentemente, la familia se había dividido en dos, y una mitad no se había hablado con la otra durante años, es decir, hasta que Andy, durante su proceso curativo, empezó a insistir en que debían cicatrizar las heridas. Las dos partes de la familia, que se habían escindido en el momento de su nacimiento, se reconciliaron en el amor el día de su muerte, y desde entonces han permanecido unidas.

La familia estaba convencida de que una de las misiones en la vida de Andy había consistido en curar la familia. La vida entera de Andy había supuesto una lección muy importante para la vida familiar. Estaban agradecidos por haberle tenido con ellos, y por lo que él les había dado.

Meditación curativa para el séptimo nivel

Permanezca de pie con la espalda recta, o tiéndase y relájese sobre una superficie cómoda. Aminore su ritmo respiratorio y relájese. Concentre su atención hacia dentro; olvídese de las cosas que tenga que hacer. Escuche y sienta su interior.

Primero, sienta su cuerpo tal y como es ahora. Lleve su conciencia a la parte específica de su cuerpo que le preocupa. Intégrela al resto del cuerpo, entregándole su aceptación afectuosa de tal y como es.

Seguidamente, visualícela en un estado de perfección. Véala como un entramado dorado de perfección, brillante, intenso y hermoso. Con un movimiento de su mano que es luz dorada, devuelva el órgano a su estado perfecto. Dé las gracias por su transformación.

Haga esto varias veces al día. Sólo requiere un par de minutos.

Una meditación curativa que integra todos los niveles del campo

Una técnica simple y profunda de relajación y visualización le ayudará a aportar energía curativa a zonas específicas de su cuerpo y a todos los niveles de su campo aural que requieran curación. Yo la llamo «viaje por el cuerpo». Consta de cuatro partes principales. La primera consiste en relajarse profundamente; la segunda persigue el amor a sí mismo y la conexión con sus ángeles de la guarda; la tercera es la curación de partes específicas del cuerpo; y la cuarta parte consiste en salir de la relajación profunda manteniendo al mismo tiempo un estado curativo.

Usted puede relajarse muy profundamente utilizando la sensibilidad cinestésica y la imaginación visual a través de la sugestión auditiva, junto con una música tranquila. Si es usted básicamente cinestésico (es decir, se relaciona con el mundo mediante la sensación fisica de sentir), responderá a las sugestiones de las sensaciones fisicas, como estar tendido en un lecho de plumas o mecerse apaciblemente en una barca. Si es primordialmente visual, responderá a las descripciones de cielos, montañas y lagos hermosos. Lo mejor es utilizar los cinco sentidos para ayudar a inducir un estado de relajación.

Una vez que haya accedido a un estado de relajación, habrá creado un flujo armonioso en su cuerpo que favorece la curación. Ya puede pasar a la segunda parte de la visualización. Consiste en amarse a sí mismo y aceptar la ayuda de sus ángeles de la guarda.

Luego, en la tercera parte, podrá especificar aquello que pretende curar. Puede hacerlo de una manera muy simple y concentrarse en un estado de salud general para todo su cuerpo. O bien puede ser muy específico respecto a órganos concretos o incluso células. Así, por ejemplo, algunas personas visualizan unos glóbulos blancos que devoran las células indeseadas de un tumor. Usted sentirá un flujo de energía curativa accediendo a las partes enfermas de su cuerpo. Es importante permanecer en ese estado hasta que sepa que ha concluido su trabajo durante el espacio de tiempo asignado.

La cuarta parte de la visualización se reduce a abandonar la relajación profunda y a establecer una conclusión adecuada que garantice la continuación del proceso curativo. Dése tiempo para salir de su relajación profunda y, mientras lo hace, cerciórese de ofrecerse la sugestión de que podrá regresar a ese estado curativo en unos instantes siempre que lo desee. Incluya también en la conclusión la idea de que la curación que ha iniciado se perpetuará durante el resto de su proceso curativo. De este modo, cada día podrá acumular más energía curativa en su sistema energético.

Puede diseñar su visualización personal a partir de la concepción anterior. Use su música favorita, sus imágenes predilectas y sus sensaciones fisicas preferidas. Veamos seguidamente un ejemplo de «viaje por el cuerpo» que a mí me resulta muy útil. En primer lugar, póngase una música tranquila de su gusto. Luego tiéndase en un sofá, una cama o una colchoneta, y relaje su respiración.

Viaje por el cuerpo

Tiéndase sobre una superficie cómoda y afloje todas sus prendas ajustadas.

Sienta su cuerpo descansando sobre la superficie que lo sustenta. Sienta el calor y la energía recorriendo todas las partes de su cuerpo. Concéntrese en los pies. Sus pies están pesados y calientes. Luego pase a las piernas, y vaya subiendo lentamente por el resto del cuerpo. Cada parte se vuelve pesada, caliente e intensamente relajada. Note cómo la tensión abandona su cuerpo, derramándose sobre la superficie que tiene debajo como si fuera miel espesa. Rezuma a través de la superficie, a través del suelo y penetra en la tierra que hay debajo. Se hunde profundamente en la tierra. Deje que su respiración siga aminorando su cadencia hasta adoptar un ritmo relajado y saludable. Repita para sí mismo: «Estoy en paz, ningún ruido me molestará. Estoy en paz, ningún ruido me molestará».

Imagínese muy pequeño, como una lucecita dorada, y entre en su cuerpo por donde quiera. Su diminuto ser se desplaza hasta el hombro izquierdo, relajando toda la tensión allí acumulada. Dígase: «Mi hombro izquierdo está pesado y caliente». Luego vaya al hombro derecho. Proporcione a su diminuto ser todas las

herramientas que necesite para relajar la tensión de su hombro izquierdo, como una manguera para rociarlo o un pincel para pintarlo. Dígase: «Mi brazo derecho está pesado y caliente. Estoy en paz, ningún ruido me molestará». Su diminuto ser regresa por el brazo derecho y accede al interior del pecho, relajándole aún más. Su diminuto ser sigue desplazándose por todo el cuerpo, parte por parte, relajándolo. Su cuerpo se vuelve pesado y caliente.

Descanse por unos momentos antes de pasar por todo su cuerpo.

Ahora, si desea ir más adentro, imagínese que pasea por un prado lleno de flores hermosas. Mire las flores, con su gama de preciosos colores y formas, huela su fragancia, palpe los suaves pétalos de terciopelo. Mientras sigue paseando por el prado, sienta una ligera brisa en el rostro. Se topa con su árbol frutal preferido y prueba su fruta predilecta. La brisa susurra suavemente por entre las hojas de los árboles que delimitan el prado. Los pájaros cantan. Usted levanta los ojos y ve un cielo azulísimo, con unas nubes blancas de algodón. Tendido sobre el blando césped a la sombra del árbol, identifica las formas de las nubes.

Se siente a gusto consigo mismo, con su vida y con su cuerpo. Empieza a sentir amor a sí mismo. Comienza a amar íntegramente todo su ser, toda su personalidad, toda su psique, cada parte de su cuerpo, todos sus problemas y cada aspecto de su vida. Envuelva delicadamente cada aspecto de su vida en aceptación amorosa, por mucho que normalmente deteste y rechace esa parte. Envuelva cada parte negativa en aceptación amorosa, y visualícela fusionándose en su aspecto divino original. En el proceso de fusión y reintegración, esa parte volverá lenta y automáticamente a su objetivo divino, verdad y sensibilidad originales. Usted identifica el significado profundo de su vida.

Cuando se ame a sí mismo, recorra cada parte de su cuerpo amándolo y disipando cualquier dolor que pueda encontrar allí.

Si hay una parte específica de su cuerpo que le preocupa, destínele un amor especial. Envuélvala en aceptación amorosa. Ahora es el momento de realizar la tarea específica de librarse de las células o microorganismos indeseados. Dígales simplemente que no es conveniente para ellos estar allí y que deberían estar en otro sitio. O bien emprenda una acción más agresiva, lo que le parezca más adecuado. Puede imaginarse una manguera con la que dirige un chorro de agua a todo aquello que desea eliminar. Si un determinado órgano rinde por debajo de sus posibilidades o trabaja en exceso, puede establecer contacto con él y equilibrarlo. Sea todo lo creativo que quiera. Diviértase.

Haga una pausa para tener tiempo de recorrer todas las partes del cuerpo que estén enfermas.

Cuando termine de sanar zonas específicas del cuerpo, recorra cada capa de su campo aural, aportándole energía y aceptación amorosa. Cada vez que sube a la capa superior, es como sintonizar la radio en una emisora con una frecuencia más alta. O como subir en un ascensor y apearse en la planta siguiente. Desplace su dial un poco más arriba, y ya está.

Primer nivel del campo aurak La primera capa es la de la sensación fisica. Es un bonito entramado de energía azul que mantiene las células juntas. Intensifique su brillo. Lo notará un poco más grande que su cuerpo fí-sico porque se prolonga un poco más allá de éste. Ahora concéntrese en cada uno de los siete chakas.

Están situados como sigue: El primero está en el perineo, entre las piernas. El segundo se halla justo encima del hueso del pubis, en la parte anterior y posterior del cuerpo. El tercero está en la zona del plexo solar, en el hueco entre y justo debajo de las costillas, en la parte anterior y posterior. El cuarto se encuentra en el corazón y entre los omóplatos. El quinto está delante y detrás de la garganta. El sexto se halla en la frente y en la parte posterior de la cabeza. El séptimo está en la coronilla de la cabeza. En este nivel de su campo, todos están constituidos por un entramado azul. Haga girar cada uno de ellos en el sentido. horario, visto desde el exterior de su cuerpo, tanto en la parte anterior como posterior del cuerpo, para que se muevan en espiral uno hacia otro. Imagínese un reloj situado en el lugar de cada chakra, y haga girar las esferas sobre el reloj azul.

Segundo nivel del campo aural: Acuda luego al nivel emocional, donde se desplazan muchas nubes de colores por encima y a través de usted. Observe cómo se mueven, e intensifique su brillo. Sienta el amor a sí mismo que fluye aquí. En este nivel, los chalcras cambian de color. El primero-es rojo, el segundo es anaranjado, el tercero es amarillo. Después vienen el verde, azul, añil y, por último, blanco, en la coronilla de la cabeza.

Tercer nivel del campo aural: Pase ahora al delicado color amarillo de la capa mental. Perciba la sensación de nitidez, conveniencia e integración que hay aquí e intensifiquela. Sus límites son ahora todavía más amplios. Usted debe de ser quince centímetros, como mínimo, más ancho por cada lado. Cada nivel de ser al que usted accede lleva su conciencia a los dominios más elevados de autoaceptación y autocomprensión. Haga girar cada chakra en el sentido horario en este nivel; todos son de un bonito color amarillo intenso.

Cuarto nivel del campo aural: Cuando vaya al cuarto nivel de su campo, volverá a sentir un flujo de colores a través y alrededor de usted. Recuerde que cada nivel se prolonga completamente a través del cuerpo. Esta vez, los colores parecen un poco más densos, como si fueran líquidos. En esta capa encontrará aún más amor. Deje que circule por usted mientras siente su amor por los demás. Intensifique nuevamente los colores de su campo. Haga girar cada uno de los chakras en el sentido horario. Una vez más,

los colores cambian a medida que usted va subiendo. Los colores son similares a los de la segunda capa, salvo que éstos contienen una gran cantidad de luz rosada.

Establezca contacto con los ángeles de la guarda para que le ayuden.

Durante esta época, también resulta beneficioso pedir ayuda a sus ángeles de la guarda, porque a través de sus conexiones espirituales superiores puede obtener mucha más ayuda de la que la mayoría de la gente es consciente. Yo he visto ángeles de la guarda personales trabajando con numerosos pacientes sin la presencia de un sanador espiritual. El saber que usted puede disponer de esta ayuda le permitirá sentirse apoyado y acompañado en su lucha. Con la ayuda de sus guías, acuda ahora a los niveles más elevados de su ser.

Quinto nivel del campo aural: Primero, sienta la voluntad divina en su interior. Sienta su plantilla a través y todo alrededor de usted. Parece un cianotipo azul cobalto de la primera capa. Note cómo le fortalece y le da forma. Por lo general, éste es el nivel con el que resulta más dificil relacionarse, puesto que el fondo, el espacio, es azul cobalto oscuro y sólido, y lo que normalmente es sólido es aquí un espacio vacío. Haga girar los chakas en este nivel. Están constituidos por unas finas líneas de espacio vacío.

Sexto nivel del campo aural: A medida que ascienda hacia el sexto nivel, empezará a experimentar el éxtasis espiritual. Usted es como el halo brillante que rodea una vela. Usted es colores opalescentes que flotan.

Deje brillar su luz. Su conciencia del ser se extiende ahora sesenta centímetros, como mínimo, desde cada lado del cuerpo. Cada chakra cambia de color, como antes, pero esta vez están llenos de una luz opalescente nacarada.

Séptimo nivel del campo aural: Por último, usted accede a la red dorada de la séptima capa. Sienta la consistencia de esos finos hilos de luz dorada. Le envuelven dentro de un huevo dorado. Note la solidez de la cáscara de huevo que le protege. Hágala todavía más sólida. Rellénela en las zonas donde sea necesario. Haga girar cada chakra dorado en el sentido horario. Sienta lo fuerte que es. Ahora usted se extiende aproximadamente un metro fuera de su cuerpo fisico en todas direcciones. Disfrútelo. Descanse en la serenidad de su mente divina. Permanezca en ese estado relajado y dilatado todo el tiempo que quiera. Es bueno para su curación. Duérmase si lo desea.

Regrese a un estado normal de conciencia.

Cuando esté listo para volver a un estado normal de conciencia, ayúdese con una cuenta atrás. Diga simplemente: «Cuando llegue a cero, estaré despierto y alerta, seguro de mí mismo y consciente, pero seguiré estando profundamente relajado y mi curación continuará». Luego empiece a contar lentamente hacia atrás desde cinco o seis. Cada vez que mencione el número siguiente, recuérdese que puede regresar a este profundo estado curativo en cuestión de unos minutos. Vuelva a decir: «Cuando llegue a cero, estaré despierto y alerta, seguro de mí mismo y consciente, pero seguiré estando profundamente relajado».

Por último, puede decir: «¡Cero! Ahora estoy totalmente despierto y alerta, ¡y mi curación continúa! ».

Capítulo 17
NUESTRA INTENCIONALIDAD Y LA DIMENSIÓN DEL HARA

Todo cuanto hacemos reposa sobre los cimientos de nuestra intencionalidad en el momento en que lo hacemos. Por ejemplo, podemos decir que una determinada secuencia de palabras tiene un significado normal, pero la manera en que pronunciamos esa secuencia de palabras puede alterar drásticamente su significado. Llenamos nuestras palabras con energía de nuestros sentimientos, y el modo de expresar esas palabras transmite nuestra verdadera intención. Podemos decir «Te quiero» con amor, con repugnancia, en un tono de súplica o en un tono falso que en realidad significa «Te odio».

La forma de expresar las palabras transmite nuestra intención en el momento de pronunciarlas. Cuando decimos «Te quiero» con amor, eso es exactamente lo que queremos expresar. En cambio, cuando decimos «Te quiero» con repugnancia, tratamos de dar a entender nuestro asco sin decirlo directamente. Cuando decimos «Te quiero» en un tono suplicante, nuestra intención no es transmitir amor, sino conseguir algo mediante el acto de suplicar. Cuando decimos «Te quiero» con falsedad, podemos tener la intención de transmitir que no amamos a esa persona. O bien podemos albergar cualquier cantidad de intenciones distintas.

En cada uno de estos ejemplos, si bien las palabras son las mismas, la energía que las transporta y las entrega a su destinatario es distinta y parece distinta en el campo aural. Lo que ha cambiado es la intención oculta detrás de las palabras. Es nuestra intencionalidad lo que crea la energía en el campo aural que luego transmite el verdadero mensaje. El resultado es que hemos cumplido lo que pretendíamos, hemos entregado el mensaje.

Ya he hecho referencia a la intencionalidad (en el capítulo 12) cuando hablé de las «razones porque no». Nuestras «razones porque no» no nos permiten conseguir los resultados que queremos, porque nuestras «razones porque no» están basadas en una intencionalidad distinta. No se basan en la intención de completar nuestro objetivo original, sino en la intención de inventar excusas por las que no cumplimos lo que pretendíamos. Nuestras «razones porque no» ocultaron el objetivo original fingiendo estar alineadas con él. Pero, en realidad, están basadas en un objetivo totalmente distinto. De esta forma, tenemos intenciones contradictorias cuando admitimos las «razones porque no».

En el capítulo 13, sobre la creación de contratos saludables en las relaciones, vimos que solemos confundir mucho nuestros objetivos en las relaciones. Vimos que la clasificación de nuestras intenciones en las relaciones puede ser una tarea muy eficaz y transformadora.

El discurso de Heyoan sobre la curación para la paz en el mundo (en el capítulo 13) muestra cómo nuestros intereses o deseos individuales emanan de objetivos dispares. Algunos de nuestros intereses o deseos cumplen el objetivo de aplacar el miedo; otros proceden de nuestro anhelo espiritual profundo o de los deseos más elevados. Cuando nuestro objetivo es también aplacar el miedo, albergamos intenciones contradictorias o estamos en conflicto con nosotros mismos. Esto interfiere en el proceso natural de creatividad en nuestra vida, y no podemos crear aquello que queremos. Cualquier aspecto de la vida -incluidas la salud y la curación- en el que tenemos dificultades para crear lo que queremos es donde albergamos intenciones contradictorias u objetivos contrapuestos. Así pues, para crear lo que queremos resulta esencial poder identificar cuáles son nuestras intenciones contradictorias y clasificarlas. Debemos aclarar las verdaderas intenciones para poder realinear aquellas que no son consecuentes con lo que realmente queremos. Lo que queremos de veras está siempre alineado con nuestros anhelos espirituales supremos. Cuando nuestros intereses y deseos personales están alineados con nuestro anhelo espiritual o deseos más elevados, nuestros objetivos están alineados y el principio creativo en el universo puede funcionar sin estorbos. Satisfaciendo nuestros deseos espirituales, somos guiados paso a paso hacia el cumplimiento de nuestro objetivo espiritual supremo, nuestra misión en la vida.

Después de observar el campo aural y trabajar con él durante muchos años, me di cuenta de que un cambio en la intencionalidad altera por completo el equilibrio energético del campo aural así como el tipo de energía que se libera en los flujos bioplasmáticos. El capítulo 15 presenta muchos ejemplos de interacciones de los sistemas de defensa energética típicos que usamos en relación con nuestra intencionalidad subyacente. Podía ver esos cambios espectaculares en el campo, pero no pude encontrar ningún aspecto concreto de éste que se correspondiera con la intencionalidad *per se.*

Me pregunté si un sanador podría trabajar directamente con la intencionalidad a través de la imposición de manos. ¿Por qué y cómo tiene tanto poder como para alterar el campo aural de un modo tan drástico? ¿Cómo funciona nuestra intencionalidad? ¿Qué papel desempeña, desde la perspectiva de la EPS y el aura, en la salud y la curación? Me planteé si la intencionalidad está encerrada en el campo aural o en algún otro sitio. ¿Podría ser que existiera todo un mundo más profundo debajo del campo aural en una dimensión más profunda, así como el campo aural existe en una dimensión más profunda que el cuerpo fisico?

Para encontrar las respuestas a mis preguntas, necesitaba un empujón. Lo recibí de mis alumnos. Con la ayuda de ese empujoncito, descubrí dónde reside nuestra intencionalidad y por qué tiene tanto poder para alterar el campo aural. Además, Heyoan me enseñó a trabajar directamente con la intencionalidad en la dimensión del hara en beneficio de la salud, la curación y nuestra vida cotidiana.

Mi acceso a los dominios de la realidad subyacente al campo aural comenzó en 1987, cuando un alumno me pidió que canalizara información referente al hara. Me sentí algo incómoda porque sabía muy poco acerca del hara, ya que nunca había estudiado artes marciales.

Había leído algo del célebre filósofo y psicoterapeuta Karlfried Durkheim en su libro *Hara.* El se había familiarizado con el hara en el transcurso de sus viajes por Oriente. *Hara* es el término que emplean los japoneses para referirse al bajo vientre. *Hara* se refiere no sólo a la situación del bajo vientre, sino también a la cualidad de tener fuerza, energía y poder concentrado en esa zona. Es un centro de poder espiritual. Durante siglos, los guerreros orientales han desarrollado las artes marciales, centrándose en disciplinas para concentrar y acumular poder en el hara como una fuente de la que extraer energía en combate. Dentro de la región del hara, en el abdomen inferior, hay un punto central llamado *tan tien.* Éste se conoce tradicionalmente como el centro de gravedad del cuerpo. El tan tien es el punto focal del poder en el hara. En las artes marciales, es el centro a partir del cual se originan todos los movimientos.

Además de las escasas lecturas que había realizado sobre el hara, tuve la oportunidad de usar la EPS para observar el tan tien dentro del cuerpo. Me fijé que en la mayoría de estadounidenses el tan tien es muy borroso y está insuficientemente cargado. No obstante, en aquellas personas que han practicado las artes marciales durante algún tiempo, este punto era una bola de luz dorada muy brillante. De hecho, algunas de ellas presentan una línea muy marcada de luz dorada que atraviesa su cuerpo de la cabeza a los pies.

Tras numerosas peticiones de canalización, finalmente accedí, y entonces se inició una nueva aventura. Quisiera compartir esa aventura con usted en este apartado. Le parecerá muy importante para su plan de curación personal, por cuanto sitúa la curación en el lugar que le corresponde. Lleva la curación al poderoso acto de la creatividad evolutiva. He aquí lo que dijo Heyoan en la canalización sobre el hara:

* * *

El hara existe en una dimensión más profunda que el campo aural. Existe en el nivel de la intencionalidad. Es una zona de poder dentro del cuerpo fisico que contiene el tan tien. Es la única nota con la que habéis extraído vuestro cuerpo fisico de la Madre Tierra. Es esta única nota la que conserva vuestro cuerpo en su manifestación física. Sin la única nota, no tendríais un cuerpo. Cuando cambiáis la única nota, todo vuestro cuerpo cambia. Vuestro cuerpo es una forma gelatinosa cohesionada por la única nota. Esta nota es el sonido que emite el centro de la Tierra.

* * *

Bueno, esto bastó para darme vértigo. Cuando me recuperé de la reacción normal de «¡Oh, no! ¿Qué he dicho?», empecé a buscar maneras de aplicar esa nueva información. Si realmente esa única nota conservaba nuestro cuerpo en su manifestación fisica, el hecho de trabajar directamente con esa nota sería poderosísimo. La idea de que nuestro cuerpo es gelatinoso es un concepto muy curioso cuando tratamos de cambiar algo que creemos llevará muchos años. De modo que la aplicación de la idea de un cuerpo gelatinoso a las visualizaciones curativas resultaba muy práctica.

En canalizaciones posteriores, Heyoan explicó que nuestro nivel del hara, donde se localiza la intencionalidad, constituye los cimientos sobre los que se sustenta el campo aural. Para comprenderlo mejor, revisaremos una vez más la relación entre las dimensiones del mundo fisico y los mundos del campo aural.

El mundo fisico existe en tres dimensiones. Se comporta según las leyes fisicas. Nuestro cuerpo fisico está vinculado a nuestra personalidad, pero sus reacciones a lo que hacemos momento a momento en nuestra psique suelen tardar mucho tiempo, a veces incluso décadas.

Hay una gran diferencia entre el mundo fisico que podemos ver con los ojos y el mundo del campo aural que podemos ver con la EPS. Para desplazar nuestra conciencia del mundo fisico al campo aural, debemos realizar un salto cuántico a una dimensión más profunda, a lo que yo creo que es la cuarta dimensión. Considero que el campo aural existe en cuatro dimensiones. Se comporta según la física del bioplasma y de la luz. En el nivel aural, el tiempo es muy distinto de como es en el nivel fisico. Podemos estar en el presente, o podemos seguir lo que mucha gente denomina ahora una «línea del tiempo» y acceder a experiencias de vidas anteriores como si estuvieran sucediendo ahora.

El campo aural existe en una dimensión más profunda dentro de nuestra personalidad que el mundo fisico. Se corresponde, segundo a segundo, con lo que sucede en nuestra personalidad. Esta correspondencia del campo aural es específica e inmediata. Todo pensamiento, sentimiento o cualquier otro tipo de experiencia vital se refleja inmediatamente en el campo aural como un movimiento de la energía-conciencia en forma y color.

Energía y conciencia se experimentan en la dimensión aural de manera distinta a como se experimentan en la dimensión física. En el nivel fisico parecen ser dos cosas distintas. En el nivel aural, energía y conciencia no pueden separarse. La experiencia humana de esta energía-conciencia depende de su frecuencia o nivel vibratorio. Podemos trasladar nuestra conciencia de un nivel del campo aural a otro. En consecuencia, experimentamos diversos aspectos de la conciencia humana, como se describió en el capítulo 2. Aun cuando pasamos de un nivel de energía-conciencia y experiencia humana a otro dentro del campo aural, permanecemos todavía en la cuarta dimensión.

Para pasar de la dimensión aural a la dimensión del hara y acceder a nuestra intencionalidad, debemos efectuar otro salto cuántico. Nuestra intencionalidad reside en una dimensión más profunda dentro de nuestra naturaleza básica que el campo aural. Yo no sé si se puede equiparar la dimensión del hara con la quinta dimensión. Requeriría una cierta investigación para determinarlo, por lo que me resisto a dar una opinión. Nuestra línea del hara tiene una correspondencia específica e inmediata con nuestra intencionalidad. Así como el campo aural tiene una correspondencia específica e inmediata con nuestros pensamientos y sentimientos, todo cambio en la intencionalidad se corresponde con una alteración en la posición y alineación de la línea del hara.

La figura 17-1 (en el encarte a todo color) muestra el nivel del hara alineado cuando está en una persona sana. Se compone de tres puntos principales conectados por una línea semejante a un rayo láser que yo llamo «línea del hara». Ésta se origina en un punto situado un metro por encima de la cabeza, que yo llamo «punto de individualización», o «punto ID». Parece un embudo muy pequeño cuyo extremo más ancho, de poco más de un centímetro de diámetro, apunta hacia la cabeza. Representa nuestra primera individualización a partir del vacío, o Dios inmanifiesto. A través de él, establecemos nuestra conexión directa con la divinidad.

La línea del hara desciende a través de un punto en la región del pecho que yo llamo «la sede del alma». A veces se denomina «el corazón alto» y se confunde con un chakra. La sede del alma parece un foco de luz difusa que se proyecta en todas direcciones. Generalmente mide entre 2,5 y 5 cm de diámetro, pero puede dilatarse hasta un diámetro de 4,5 metros durante la meditación. Aquí albergamos nuestro anhelo espiritual que nos conduce a través de la vida. Dentro de él podemos encontrar todo cuanto anhelamos ser, hacer o devenir, desde la cosa o el momento más insignificante en nuestra vida hasta la escala más amplia de la propia vida.

La línea del hara sigue bajando hasta el tan tien, en el abdomen inferior. El tan tien está situado de 2,5 a 4 cm por debajo del ombligo. Mide unos 4 cm de diámetro, y no cambia de tamaño. Recuerda un poco a una pelota de goma hueca por el hecho de tener una membrana. Como dijo Heyoan, el tono de esta nota es la única nota que conserva nuestro cuerpo fisico en su manifestación fisica. Esa nota es un armónico del sonido que emite el núcleo fundido de la Tierra. Los sanadores utilizan este punto para conectarse con una enorme cantidad de energía curativa. Les conecta a la central energética de la Tierra.

El concepto del sonido como agente cohesionante de la forma en el mundo fisico se ha comentado en el capítulo 9. En este caso, la única nota es algo más que un simple tono que puede oírse mediante la percepción auditiva normal. Esa nota existe también en el radio de acción de la EPS. Creo que significa aún más que eso, pero todavía no sé qué es. Lo más parecido que he oído en el registro de sonido normal es el grito que un maestro de karate emite cuando parte ladrillos por la mitad con un leve golpe.

La línea del hara se prolonga desde el tan tien hacia las profundidades del centro del núcleo terrestre. A través de ella estamos conectados con la Tierra y con el sonido que emite el centro de la Tierra. Una vez más,

el sonido significa algo más que simplemente sonido. Probablemente se refiere a una fuente de vida vibratoria. Al conectarnos con el centro de la Tierra mediante la línea del hara, podemos sincronizar las vibraciones de nuestro campo con las del campo magnético terrestre y, en consecuencia, extraer energía del campo de la Tierra.

Una línea del hara sana se localiza en el eje central del cuerpo y es recta, está bien formada, llena de energía y bien arraigada en el núcleo terrestre. Cada uno de los tres puntos situados a lo largo de la línea están en equilibrio, en forma, y firmemente conectados entre sí a través de la línea del hara. Las personas dotadas de la configuración que se muestra en la figura 17-1 están sanas, concentradas en su objetivo y alineadas con sus misiones en la vida. Cuando se mantiene esta alineación, es holográficamente verdadera en el momento presente y en todos los momentos de la vida de esa persona. El individuo está inmediatamente presente para la pequeña tarea más próxima y está conectada a cada misión más extensa que la rodea, como en el modelo holográfico del que ya hablamos en el capítulo 3. Esta persona es capaz de realizar la tarea del momento en su debido momento, cuando debe llevarse a cabo, porque sabe cómo esa tarea está conectada a la totalidad del tiempo y a la misión entera.

Cuando su línea del hara está alineada, usted está sincronizado con el todo. Cuando su nivel del hara está sano, usted siente una proporción notable de integridad personal, poder y objetivo personal, ya que está sincronizado con el objetivo universal. Es entonces cuando vive esos días maravillosos en los que todo va sobre ruedas, como debería ser.

La sensación de estar en el hara es muy liberadora. En esta posición, no existe ningún adversario. En cuanto dos personas alinean su línea del hara con el objetivo universal, están automáticamente alineadas entre ellas. En consecuencia, sus objetivos están sincronizados de suerte que cada uno encaja en el otro. Además, sus objetivos están también conectados holográficamente. Cada objetivo de cada momento se conecta con todos los objetivos inmediatos y con todos los objetivos mayores a largo plazo.

Por otro lado, es posible que las personas que adoptan posturas adversas no hayan alineado su línea del hara, porque, para hacerlo, deben estar alineadas con el objetivo universal, que no tiene adversarios. Todo aquel que alinee su línea del hara se alinea automáticamente con aquellos que tienen su línea del hara alineada.

Así pues, hasta el punto en que usted haya alineado su línea del hara, estará alineado con su objetivo y con la Intención positiva. Hasta el punto en que no esté alineado en su nivel del hara, estará en la Intención negativa. Es así de simple.

La parte más compleja es: ¿cómo sabe usted si está alineado o no? Si ha desarrollado su EPS, es posible determinarlo recurriendo a ésta para observar el nivel del hara y ver si todo está bien formado, alineado, cargado, equilibrado y en funcionamiento. Otra manera de saberlo es que la persona alineada no discutirá sobre quién tiene la razón y quién está equivocado. Desde la perspectiva de esa persona, no existe ningún adversario con quien discutir o luchar.

Si se ve discutir, significa que no está alineado. Como tampoco lo está la persona con quien discute si le replica. Esto no implica que cuando usted está alineado en su hara, se limite a decir «Tienes razón» y prosiga su camino. Simplemente, no hay nada de que discutir ni discrepar. Cuando se vea implicado en una disputa, su primera acción debería consistir en centrarse en su línea del hara y alinearse con ella.

Las discusiones sobre quién lleva razón proceden de personas que están en conflicto consigo mismas. Es decir, una parte de ellas está alineada y otra parte no lo está. Esta desalineación se manifiesta en la línea del hara. Esas partes internas son contradictorias entre sí. Si utilizamos los conceptos del ser superior, el ser inferior y el ser enmascarado que vimos en el capítulo 1, podríamos decir que una parte de la psique puede funcionar a partir de cualquier combinación de esos tres aspectos. Suele ser así. Rara vez funcionamos totalmente a partir de nuestro ser superior y, por tanto, de un hara alineado.

El conflicto interno entre esas partes de nuestro ser se manifiesta externamente en forma de una discusión con otra persona. Nuestras contradicciones se materializarán asimismo en el mundo exterior en forma de problemas a la hora de crear o cumplir algo. Pueden surgir en cosas como la dilación o los trabajos chapuceros. También pueden surgir entre dos personas que trabajan juntas en un proyecto en un contexto de malentendidos, confusión, competencia y rescisión de contratos.

Por ejemplo, si el objetivo de cada persona consiste en completar un proyecto de la mejor manera posible, a tiempo y con la calidad más óptima, es probable que se consiga. Pero si un empleado desea ocuparse de la misión del jefe, la intención negativa alterará la calidad del trabajo y minará automáticamente la responsabilidad del jefe, aun cuando no era ésa la intención del empleado.

El nivel del hara en la salud y la curación

En la salud y la curación, es aplicable el mismo principio de la alineación con su objetivo. Hasta el punto en que usted permanezca alineado con su objetivo de conservar o recuperar la salud, conservará y mantendrá su salud dentro de lo humanamente posible.

La distorsión en la línea del hara y en los puntos situados a lo largo de ésta describe el tremendo dolor de la humanidad. Es un dolor que la humanidad siente pero no comprende. La disfunción, en el nivel del hara, está vinculada a la intención y la misión en la vida. Mucha gente ni siquiera sabe, y todavía menos entiende, que nosotros creamos nuestras propias experiencias de la realidad. No comprenden la idea del objetivo o la misión

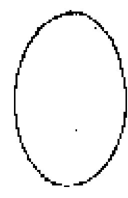
en la vida. No son conscientes de la alteración, sutil pero intensa, que un cambio de intención provoca en nuestro campo aural y en nuestro flujo de energía creativa.

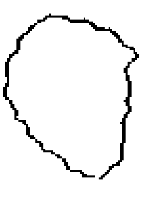
En cualquier enfermedad grave o prolongada, aparece una disfunción en la línea del hara. Un sanador experimentado será capaz de trabajar con el nivel del hara para curarla. La curación del nivel del hara requiere trabajar con los aspectos más profundos de la intención del paciente, incluidos los problemas que plantean el objetivo en un momento dado y la misión en la vida. Antes de citar ejemplos de lo que esto supone en las sesiones curativas prácticas, veamos primero los tipos de distorsión que pueden producirse en los puntos situados a lo largo de la línea del hara y en la propia línea.

Disfunción en el tan tien

La disfunción en el tan tien adopta expresiones diversas. Puede estar desplazado. Puede estar demasiado adelante, demasiado atrás, o hacia un lado del cuerpo. Puede estar deformado. La membrana que recubre el tan tien podría estar desgarrada, abierta por la mitad, o incluso peor. (Véase la figura 17-2.)

Figura 17-2. Distorsión en el tan tien





La consecuencia de una disfunción en el tan tien consiste en problemas de espalda crónicos. Si el tan tien está demasiado adelante, la parte inferior de la pelvis estará desplazada hacia atrás. Esos pacientes tratan de ir más lejos de lo que sus posibilidades les permiten. Si el tan tien está demasiado atrás, la pelvis inferior estará inclinada hacia delante. Tales pacientes se «frenan» ante su misión en la vida. Ambas configuraciones se reflejarán en el cuerpo en forma de problemas lumbares.

Puesto que el tan tien alberga la única nota, o tono, que conserva el cuerpo en su manifestación fisica, si el tan tien está desgarrado o abierto, su tono estará lejos. En ese caso, el cuerpo y la psique pueden resultar muy dañados. Yo he visto a personas aquejadas de esta condición ponerse histéricas y no volver en sí en varias horas. He visto el cuerpo debilitarse en extremo y ser incapaz de recobrar su fortaleza en años. Hasta he visto casos en los que se deterioraban las piernas.

Hagan lo que hagan tales personas para sí mismas, ni que sean ejercicios físicos, nada las ayudará lo bastante hasta que se repare el tan tien dañado. En consecuencia, hay que orientar el trabajo hacia la curación del tan tien reparándolo, recolocándolo correctamente a lo largo de la línea del hara, conectándolo con la Tierra a través de la línea del hara y cargándolo. Un sanador lo bastante experto como para practicar la curación del hara puede hacerlo directamente o mediante curación a larga distancia.

La curación del tan tien puede tener efecto también practicando artes marciales con un buen instructor. La práctica del tai chi es muy apropiado para ello. Es muy importante aprender artes marciales con un buen instructor para realizarlas correctamente. De lo contrario, no tendrá efectos curativos.

Una vez reparado el tan tien, resulta muy efectiva la práctica de ejercicio físico para mantener la alineación. Todos los ejercicios físicos deberían realizarse con la intención concentrada en llevar la conciencia al cuerpo.

Disfunción en la sede del alma

La sede del alma suele desfigurarse por obstrucción. Es decir, queda recubierta por una nube oscura de energía. (Véase la figura 17-3.) La consecuencia de esto es que las personas no tienen la capacidad de notar lo que quieren ahora o en el futuro en la vida. Carecen de sentimientos hacia lo que quieren hacer en su vida. Tales personas suelen presentar el pecho hundido y adoptan una actitud de renuncia, despreocupación o «la vida es aburrida y no tiene sentido». Poseen una profunda tristeza.

Cuando un sanador empieza a despejar la nube de energía oscura e intensifica la luz de la sede del alma para que empiece a extenderse y fluir, los pacientes suelen presentar una de dos reacciones posibles. En la primera, pueden experimentar de pronto una nueva vida y empiezan a recrear su vida conforme al anhelo espiritual del que ahora tienen conciencia. La segunda es que pueden lamentar el tiempo perdido en la vida que no han aprovechado para hacer lo que querían. Al cabo de un período de aflicción, la vida del cliente empieza a cobrar un nuevo significado. Nace un nuevo eros, y los clientes se encuentran llenos de un gran entusiasmo ante lo que pueden hacer con su vida.

Mucha gente crea una envoltura de energía oscura en torno a su sede del alma después de perder a un ser

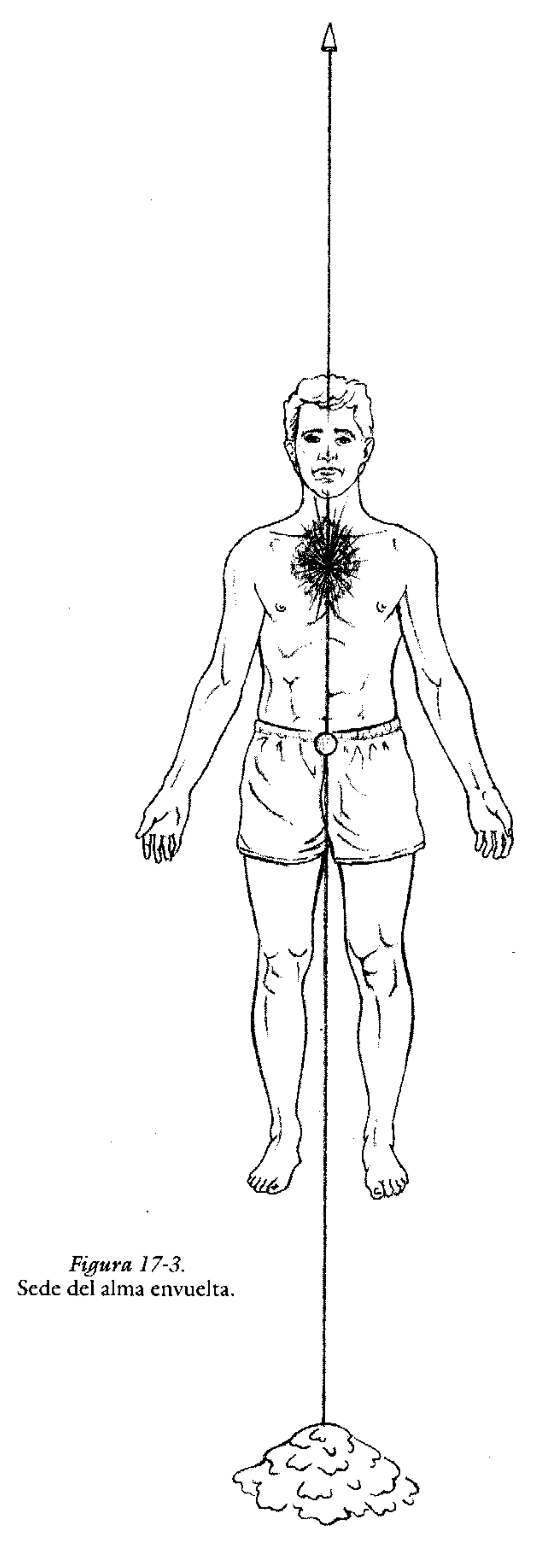


Figura 17-3.
Sede del alma envuelta.

amado. Eso anestesia su sentimiento de pérdida. Pero también interrumpe el proceso natural de aflicción. Si la pareja compartía grandes proyectos que no se cumplieron, muchas veces la persona que se queda sola en el mundo fisico piensa que el hecho de dar continuidad a los planes, tal y como eran antes de la muerte, es un acto de lealtad hacia el difunto. Por desgracia, puesto que todos los planes son activos, cambian y evolucionan constantemente, eso no da resultado. Bloquear la aflicción no permite que el plan sea activo y cambiante. El rechazo de la aflicción terminará por congelar toda la fuerza vital contenida en el plan. Y, al cabo de algún tiempo, la tarea dejará de evolucionar. La gente se concentrará en preservar la tarea, y ésta adoptará una cualidad digna de un museo.

La forma de solucionar este problema consiste en pasar por el proceso de aflicción por la pérdida del ser querido. Esto preparará los planes para su posterior desarrollo. Puede hacerse en cualquier momento. Permite el acceso de otras personas para que participen en el plan de una nueva vida en compañía. Nunca es demasiado tarde para nada. El plan puede llevarse a cabo, pero de una manera distinta a la inicialmente prevista, ya que habrá personas y herramientas distintas para su realización.

Disfunción en el punto ID

El punto de individualización con forma de embudo, situado por encima de la cabeza, puede distorsionarse u obstruirse, como se muestra en la figura 17-4. Esto conlleva una desconexión respecto al punto ID. La desconexión del punto ID conduce también a un cierto cinismo ante la vida, porque no hay comprensión ni «conocimiento de Dios». Las personas desconectadas de su punto ID probablemente piensan que la gente que cree en Dios tiene una visión de la vida muy ingenua y fantástica. Para esos individuos, la religión organizada es un modo de controlar a la gente, ya que define y describe un Dios que para ellos no existe. No han tenido ninguna experiencia personal de Dios con la que comparar y confirmar cualquier descripción o definición de Dios. Pueden ser ateos o agnósticos, y aceptan la metafísica M-1, que ignora la cuestión de la existencia de Dios.

Cuando el sanador limpia y vuelve a conectar este punto, los pacientes empiezan a evocar recuerdos infantiles de haber estado conectados con Dios. Además, comienzan a desarrollar una nueva conexión con Dios a través de su experiencia personal, en lugar de aceptar a Dios según las descripciones o normas ajenas, como las que rigen en la mayoría de religiones organizadas. Disfunción en la linea del hara y en sus puntos Desde mi percepción, la alineación de la línea del hara de la mayoría de la humanidad no es la ideal. Jamás he conocido a nadie capaz. de mantener su línea del hara siempre recta y alineada. La mayoría de la gente no la tiene alineada nunca. Unas pocas personas pueden conservarla alineada tal vez en un 30% del tiempo. Muy pocas pueden mantenerla así en más de un 50 % del tiempo. La mayoría de los practicantes de artes marciales, tras años de entrenamiento, son capaces de preservar el tramo inferior de la línea que conecta el tan tien a la Tierra. Algunos pueden mantener el tramo intermedio de la línea del hará, entre el tan tien y la sede del alma. Sin embargo, no pueden controlar el tramo superior de la línea. Se requieren muchos años de entrenamiento para conectar y mantener alineada toda la línea del hara indefinidamente.

Por contra, la mayoría de la gente permanece la mayor parte del tiempo desalineada y sufre mucho a causa de ello. Una alineación defectuosa en el nivel del hara se refleja en forma de distorsiones en la línea del hara y en los tres puntos situados a lo largo de la misma, así como en una desconexión entre cada uno de los tres puntos y/o la Tierra. La figura 17-5 ilustra la distorsión en el nivel del hara que presentan comúnmente las personas de nuestra cultura.

Muestra que:

El tan tien está desplazado a la derecha del centro, provocando que la persona sea demasiado agresiva. (El lado derecho del cuerpo alberga, en general, energía masculina/agresiva.)

• La línea láser no está conectada a la Tierra, por lo que la persona carece de una base que sostenga la agresividad que es útil de una forma positiva. En otras palabras, esta persona es peligrosa y puede ser irracionalmente agresiva sin poder. Esta persona tampoco está conectada a «estar en la Tierra» con los demás y, por tanto, tiene dificultades para relacionarse con otros habitantes del planeta.

• El tan tien no está conectado con la sede del alma, por lo que la existencia fisica de esta persona está desconectada del anhelo espiritual que debe guiarle a través de su vida. Así, la persona es incapaz de sentir y no sabe qué ha venido a hacer aquí, de modo que no puede cumplir su objetivo.

• La línea láser no está conectada con el punto 1D, por lo que esta persona está desconectada de la divinidad y en consecuencia carece de una conexión personal real con la espiritualidad o la religión.

Como consecuencia de las distorsiones arriba mencionadas, muchas personas de nuestra cultura están desconectadas en gran medida de la Tierra, de sus cohabitantes, de Dios, de su objetivo y de sí mismas. Esto provoca un gran dolor, tanto en el nivel emocional como en el espiritual. No saben por qué están aquí, no creen que su vida tenga un objetivo y se sienten muy incómodas en la Tierra. En resumen, la vida les chupa la sangre y luego mueren. Esto también puede remediarse a través de la curación del hara.

Las líneas del hara de las personas de otras culturas son distintas a las de la mayoría de los occidentales. La gente de culturas diversas distorsiona su línea del hara de maneras distintas. La gente que comparte una misma cultura distorsiona su línea del hara de maneras similares. En consecuencia, las personas de una misma cultura sufre de formas parecidas. Las personas de culturas diversas sufren distintas clases de dolor. No he tenido tiempo ni el privilegio de efectuar suficientes observaciones en las

distintas culturas del globo como para apreciar esta diferencia, pero Heyoan ha dicho que en esto reside la causa de tantos conflictos internacionales y que, cuando aprendamos a curar el nivel del hara, también podremos sentar la paz entre los pueblos de la Tierra.

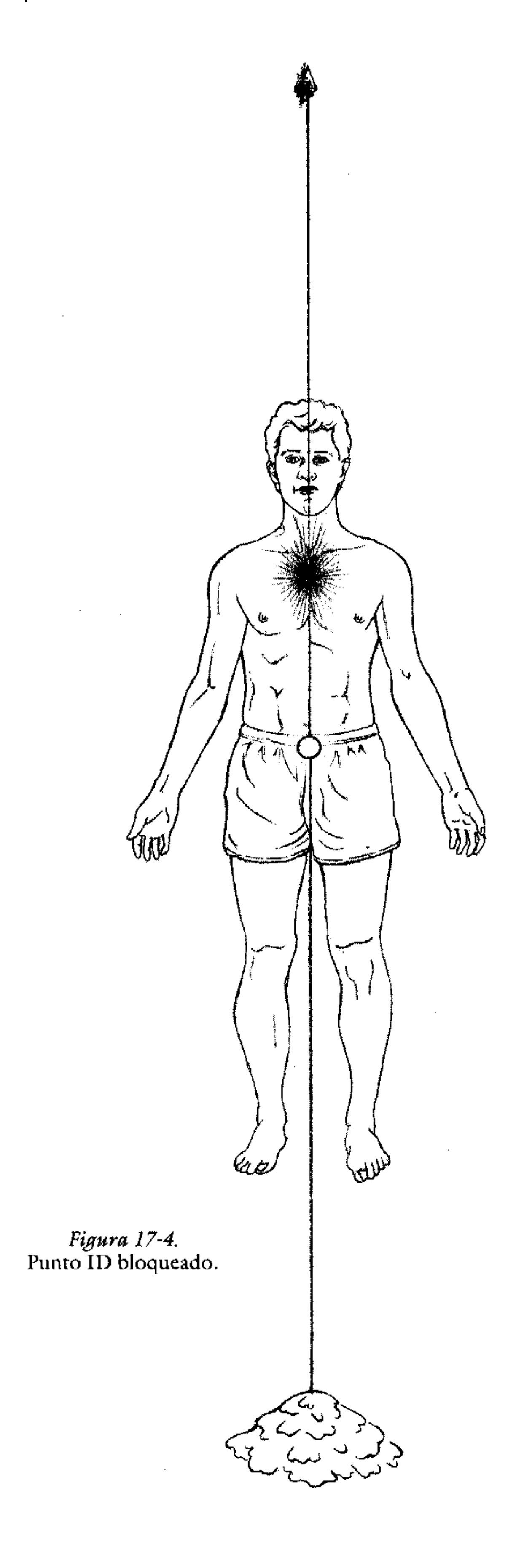


Figura 17-4.
Punto ID bloqueado.

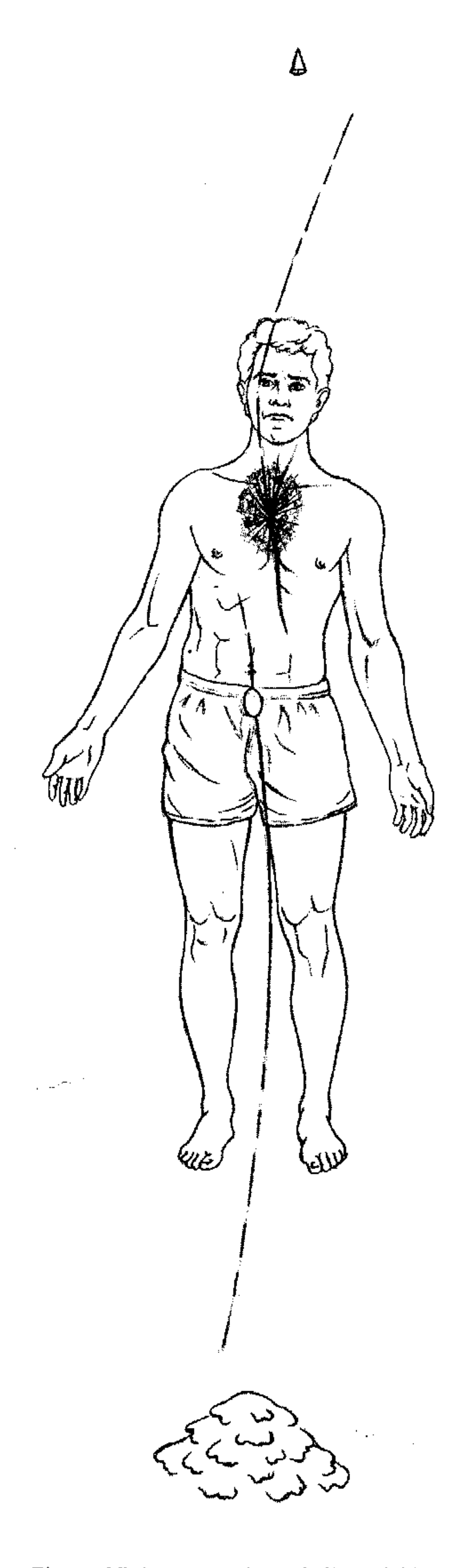


Figura 17-5. Distorsión en la línea del hara.

Curación del hara

Una vez que los sanadores han determinado el estado del nivel del hara, pueden trabajar en él para su curación. Esta curación lo devolverá al estado de alineación, equilibrio y carga saludables que se muestra en la figura 17-1. También encarrilará a los clientes en el camino de su vida, y ésta cambiará, generalmente en gran medida y en un tiempo muy corto. A medida que las personas regresan al verdadero camino de su vida, todo el mundo material a su alrededor que no está en armonía con esa trayectoria vital cambia o queda atrás. Esto incluye las pertenencias materiales, empleos y lugar de residencia, así como amistades y relaciones intimas.

La curación del hara es una tarea avanzada, y requiere mucha formación y práctica. El sanador ha de poder enderezar y mantener su línea del hara, con los tres puntos en su posición correcta, y estar firmemente arraigado en la Tierra para corregir la línea del hara de sus clientes. Los sanadores que poseen un nivel del hara desequilibrado podrían inducir fácilmente a sus clientes a la enfermedad, la desorientación y la confusión. Yo no estoy autorizada a enseñar la curación del hara a los sanadores a menos que estén preparados. Es decir, deben ser capaces de mantener la línea del hara alineada durante una hora sin dejar que se distorsione. Luego, si se distorsiona, deben enderezarla en menos de un minuto. Esto exige varios años de práctica.

Un buen ejemplo de lo que puede derivarse de la curación del hara ocurrió en el transcurso de mi trabajo con un músico profesional, al que llamaré Thomas. El campo aural de Thomas era muy oscuro y contenía una energía densa y de baja frecuencia que permanecía estancada. A partir de la condición de su campo, llegué a la conclusión de que Thomas había sufrido una depresión durante años. Estaba lleno de rencor y rabia, y presentaba un alto contenido de masoquismo. De este modo, si yo hubiera procedido a sacar su campo para despejarlo, no habría servido de nada, puesto que habría hecho exactamente lo mismo que sus padres le habían hecho para provocar el problema en primera instancia. (Véanse los apartados sobre la defensa masoquista en el capítulo 15.) En el nivel del hara, su tan tien se había desplazado hacia abajo y hacia la parte posterior del cuerpo, y estaba desconectado de la sede del alma. Esto implicaba que Thomas estaba restringiendo su misión en la vida y se echaba hacia atrás respecto a ella. Tampoco estaba conectado con el primer punto del punto de individualización, situado por encima de su cabeza.

Consciente de que la clave de su liberación consistía en volver a alinearle con su objetivo en la vida, durante las sesiones curativas me concentré únicamente en el trabajo con el hara. En una serie de cuatro o cinco sesiones, alineé su línea del hara y todos los puntos emplazados a lo largo de ésta. Vi cómo su aura se enderezaba y aclaraba a consecuencia de la curación del hara. La limpieza de su campo aural disipó su depresión e hizo que el problema psicológico aflorara a la superficie de su conciencia para poder trabajar con él. Thomas trabajó directamente con esos aspectos en sus sesiones terapéuticas.

En una entrevista que mantuve con él hace cuatro afros, manifestó:

Antes de las sesiones, tuve muchas dificultades en la vida, hasta el punto de caer en la depresión. Quería esconder muchas cosas y no afrontar lo que ocurría en aquella época. Pasaba mucho tiempo deprimido. La razón principal que me indujo a curarme fue la recuperación de mi propia energía. Hubo mucha efervescencia, mucha agitación y muchos cambios después de cada sesión curativa. Empecé a afrontar numerosos conflictos familiares, relacionados con mi madre y mi padre, en la terapia. Salieron los problemas habituales de la vida con los padres, y mucho odio. Guardaba una enorme cantidad de odio. Poco después de aquello, se produjo la ruptura de mi matrimonio. Además, me asediaron los problemas de mi trayectoria profesional, dificultades económicas..., todo a la vez.

Mi vida contenía tanta lucha, tanto dolor, confusión, tristeza y todo eso, que llegué a la conclusión de que mi objetivo aquí [en la Tierra] consistía en resolver todas esas cuestiones. Si podía simplificar las cosas, si podía recordar que ésa es la razón por la que estoy aquí ahora, me sentiría bien.

Así pues, me puse manos a la obra. Perdí unos nueve kilos. Mantengo una relación estupenda desde hace tres años, y conservo una buena amistad con mi ex esposa y su familia. No queda nada por resolver. Además, voy a una escuela de informática para aprender a ganar más dinero. Sigo siendo músico profesional. Todavía toco, y tengo algunos alumnos.

Lo mejor que aprendí de las sesiones curativas -la parte más memorable de ellas- fue a sentirme más centrado en mi propia energía. Así pues, ahora soy capaz de conservar mi energía, y hago lo que considero necesario para mi beneficio. Pero me gustaría enseñar más música y acceder a una mayor expresión musical. Me gustaría expresar la música que hay en mi interior sin necesidad de ponerle la etiqueta de «jazz» o «New Age». Quiero explotar algo que llevo dentro. Ése es mi gran desafio ahora.

Alineación con su objetivo en la vida

La alineación de su nivel del hara le alineará con su objetivo en la vida. El ejercicio que sigue le ayudará a alinear su línea del hara y a reparar cualquier distorsión en ella o en los puntos situados a lo largo de la misma. Le alineará con su objetivo supremo. Le sugiero que lo practique todos los días por la mañana para curarse y cada vez que se disponga a cumplir algo. Quedará asombrado de los resultados que obtiene. Cuando se acostumbre a mantener la alineación del hará, lo utilizará constantemente. Por medio

de este ejercicio, podrá permanecer alineado con su misión principal en la vida en cualquier actividad modesta que realice en un momento dado. Es perfectamente aplicable a su tarea de autocuración.

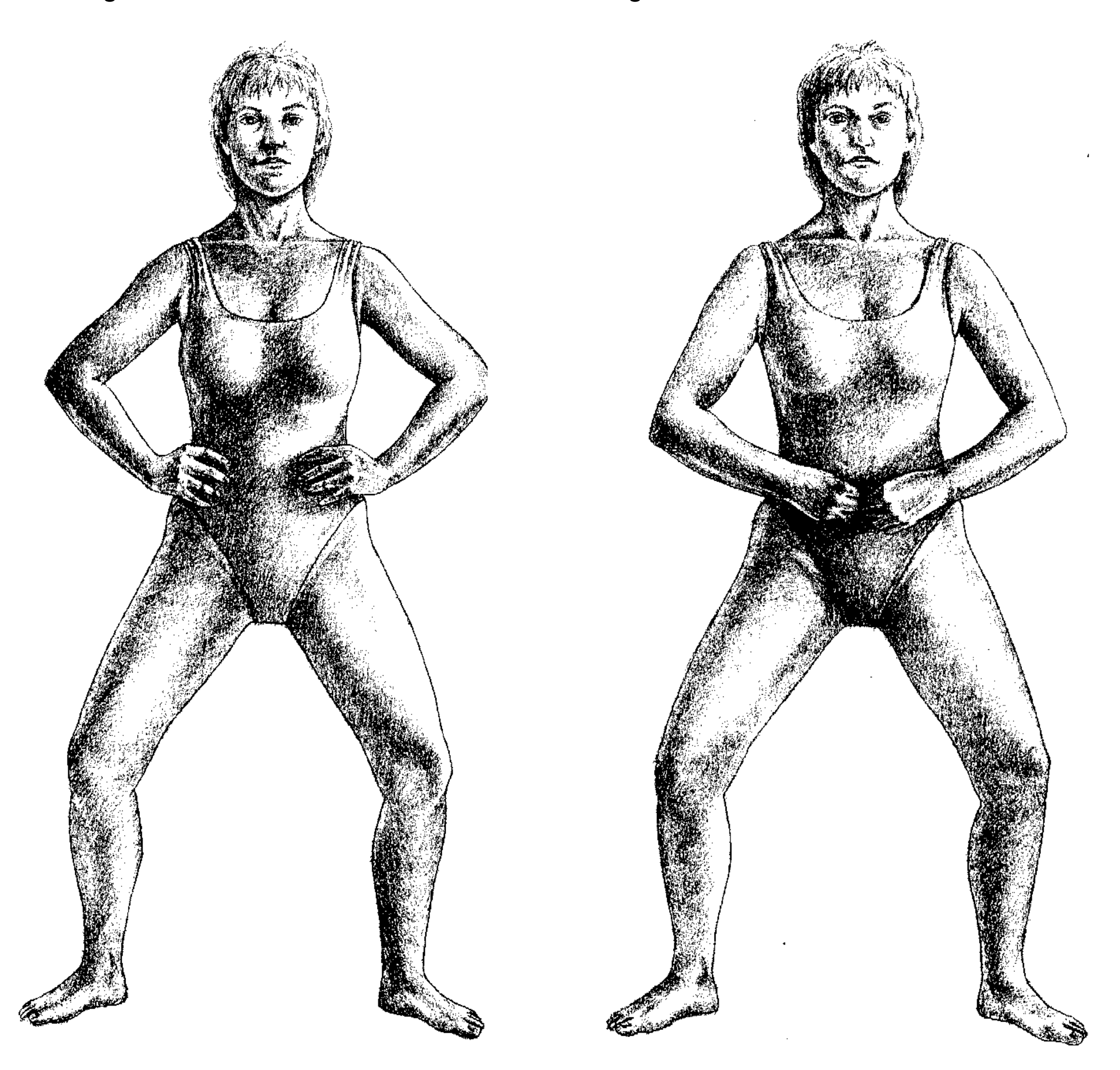
Un ejercicio para alinear su voluntad con su objetivo en la vida

Imagine una esfera de energía dentro de su cuerpo, en el eje del mismo, situada de 2,5 a 4 cm por debajo del ombligo. Este punto es el centro de gravedad del cuerpo físico. Es el tan tien. Es la única nota que conserva su cuerpo en su manifestación física. La línea del hara y el tan tien suelen ser dorados. En este ejercicio, usted hará que el tan tien sea rojo.

Sitúese de pie con los pies separados unos 90 cm entre sí y flexione las rodillas, como se muestra en la figura 17-6. Deje que los pies se extiendan hacia fuera para que no se tuerzan las rodillas. Alinee la columna vertebral. Escoja un cabello que esté justo en la parte superior de su cabeza. Tire de él para poder sentir el centro mismo de la cabeza. Ahora imagínese que cuelga de ese cabello. Esto alineará su cuerpo en una línea vertical con la Tierra.

Coloque las puntas de los dedos de ambas manos en el tan tien, como se ilustra en la figura 17-7. Mantenga los dedos juntos. Sienta el tan tien dentro de su cuerpo y caliéntelo. Caliéntelo al rojo. Si se conecta con él, muy pronto todo su cuerpo estará caliente. Si su cuerpo no se calienta, significa que no ha conectado con el tan tien. Inténtelo otra vez. Practique hasta que lo consiga. En cuanto lo haya conseguido, traslade su conciencia al núcleo fundido de la Tierra.

Figura 17-6. Postura del hara **Figura 17-7. Puntas de los dedos en el tan tien**

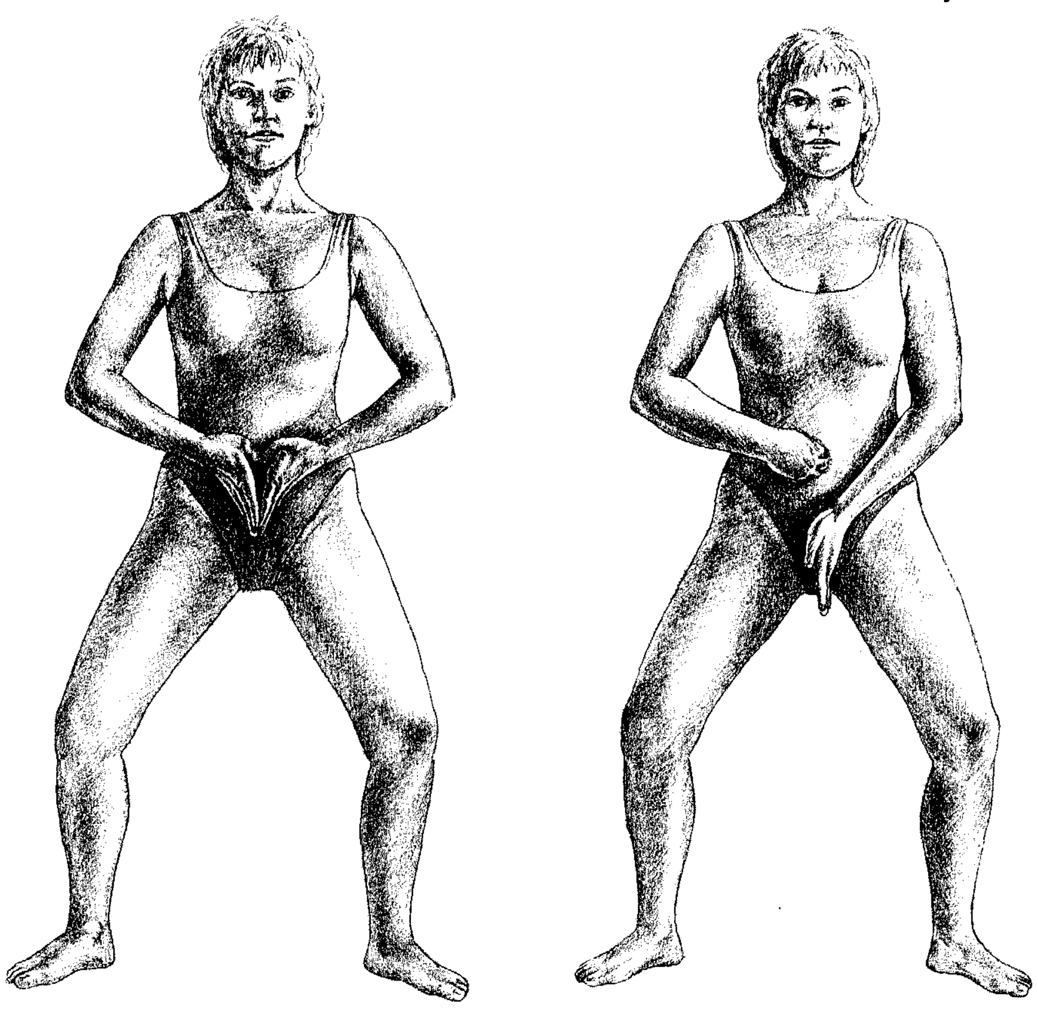


Disponga sus manos en una posición triangular, con las puntas de los dedos apuntando hacia la Tierra directamente delante del tan tien. (Véase la figura 17-8.) Perciba la conexión entre la Tierra y su tan tien. Ahora sentirá verdadero calor, un calor ardiente, tan intenso que le hará sudar. Hasta es posible que oiga un ruido parecido al que usan los practicantes de artes marciales como grito cuando están a punto de golpear. Si tiene su Elevada percepción Sensorial abierta, podrá ver el color rojo de su tan tien. Verá también una línea de luz

láser que conecta el tan tien con el núcleo fundido de la Tierra. Yo la llamo la «línea láser del hara». Si no la ve, imagínela. No hay necesidad de verla para que funcione.

Figura 17-8. Triángulo invertido

Figura 17-9. Puntas de los dedos de la mano derecha en el tan tien; mano izquierda sobre el tan tien, con los dedos hacia abajo



Ahora coloque las puntas de los dedos de la mano derecha en el tan tien, y oriente la palma izquierda hacia el lado derecho de su cuerpo con los dedos hacia abajo. Mantenga la mano izquierda directamente delante del tan tien. (Véase la figura 17-9.) Conserve esta configuración hasta que se haya estabilizado.

Ahora lleve su conciencia a la zona superior del pecho, unos 8 cm más abajo del hueco en la garganta y también en el eje del cuerpo. Aquí hay una esfera de luz difusa. Esta luz transmite la canción de su alma, la nota ánica que usted aporta a la sinfonía universal. Transmite el anhelo que le guía por la vida para cumplir el objetivo de su alma en esta vida. Coloque las puntas de los dedos de ambas manos en la sede del alma, en la región superior del pecho, como hizo antes en el tan tien.

Cuando se conecte con ella, podría sentir como si hincharan un globo dentro de su pecho. Puede tener una sensación muy segura y agradable allí. Sienta ese anhelo sagrado y agradable mientras descansa en su interior. Puede que sea indescriptible, pero usted es capaz de notarlo. Se parece a la luz difusa que rodea una vela, pero tiene un color azul morado. Intensifique la luz azul morada en su pecho.

Luego sitúe las puntas de los dedos de la mano derecha en la sede del alma y los dedos de la mano izquierda, apuntando hacia la Tierra, sobre el tan tien- La palma extendida de la mano izquierda está orientada hacia el lado derecho de su cuerpo. (Véase la figura 17-10.)

Sienta la línea del hara discurriendo directamente hacia abajo desde la sede del alma, a través del tan tien, hacia el centro de la Tierra. Cuando perciba esta sensación con mucha intensidad, pase a la posición siguiente.

Dejando la mano izquierda donde está, levante los dedos de la mano derecha por encima de la cabeza. Deje el dedo medio de la mano derecha apuntando hacia el punto ID, a un metro más arriba de la cabeza. (Véase la figura 17-11 .) Sienta la línea del hará, que se extiende desde la sede del alma, a través de la cabeza, hacia el pequeño embudo invertido del punto ID. Esta pequeña abertura es en realidad un pequeño torbellino, con el extremo abierto orientado hacia abajo. Es lo más dificil de sentir. Inténtelo. Tal vez le lleve algún tiempo. Este torbellino representa el primer punto de individualización desde la divinidad.

Representa el primer punto de individualización desde la unicidad de Dios. Cuando usted es capaz de hacer pasar la línea del hara a través del punto ID, desaparece de pronto en la informidad. Cuando pasa a través del embudo, puede emitir un ruido parecido al de un corcho saliendo de una botella. Usted notará la diferencia al instante, porque tan pronto como la conecte, tendrá miles de veces más energía. De repente, todo estará inmóvil en su interior, y usted sentirá un puente de poder. Habrá alineado su línea del hara.

Espere durante varios minutos hasta que la línea del hara se haya estabilizado. Luego baje la mano derecha, con los dedos apuntando hacia arriba y la palma hacia el lado izquierdo de su cuerpo, hasta que quede sobre la sede del alma. Esta posición será más cómoda para usted.

Mantenga la mano izquierda apuntando hacia abajo, con la palma hacia el lado derecho del cuerpo, encima del tan tien. (Véase la figura 17-12.)

Sienta la línea del hara y los tres puntos. Enderécela con su intención. Pretenda que sea recta, brillante y sólida. Sostenga su intención hasta que note la línea del hara recta, brillante y sólida. Vuelva a erguir el cuerpo como si colgara de un cabello del centro de la parte superior de la cabeza. Contraiga ligeramente las nalgas y flexione bien las rodillas, manteniendo los pies separados unos 90 cm entre sí y extendidos hacia fuera para proteger las rodillas. Cuando doble las rodillas, éstas deberían quedar directamente sobre los pies. Trate de ver, sentir y oír si los puntos son fuertes, firmes y están cargados. Si percibe debilidad en alguna zona, compruebe de qué zona de trata. Ésa es una zona que requiere trabajo curativo. Concéntrese en ella más tiempo. Alinee la línea del hara y refuerce los puntos lo mejor que pueda.

Cuando haya alineado su primer punto de individualización a partir de la divinidad con el anhelo sagrado de su alma y con la única nota con que ha extraído su cuerpo de la Madre Tierra, se habrá alineado con su objetivo en la vida. Es posible que ni siquiera sepa cuál es, pero está alineado con él, y sus acciones estarán sincronizadas automáticamente con él mientras usted permanezca alineado.

Figura 17-10. Puntas de los dedos de la mano derecha en la sede del alma; mano izquierda sobre el tan tien, con los dedos hacia abajo.

Figura 17-11. Mano derecha alineada con el punto ID; mano izquierda sobre el tan tien, con los dedos hacia abajo

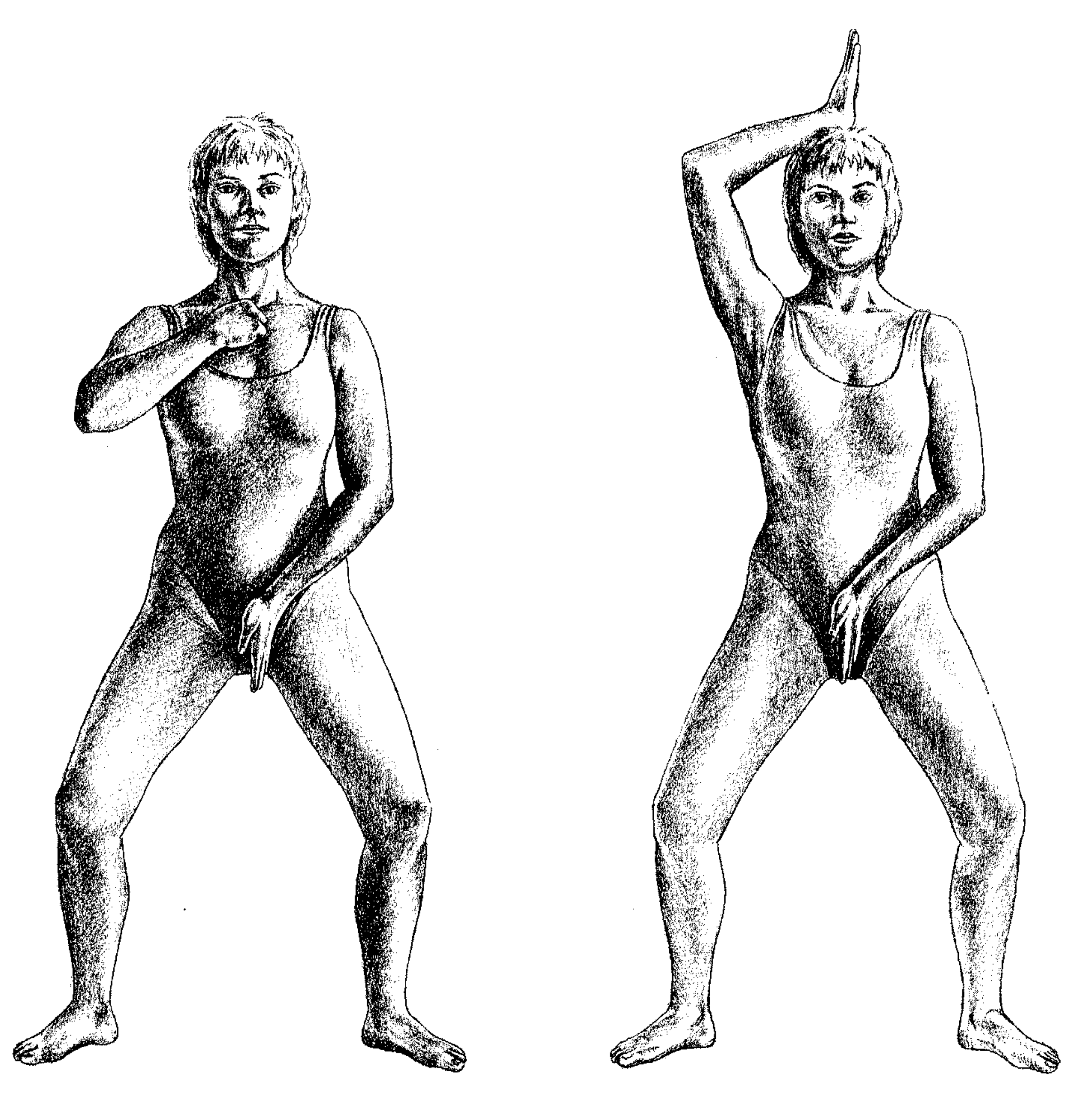


Figura 17-12. Mano derecha sobre la sede del alma, con los dedos hacia arriba; mano izquierda sobre el tan tien con los dedos hacia abajo



La línea del hara de un grupo

Esta técnica puede utilizarse también con grupos para determinar el objetivo colectivo. Veamos cómo funciona. El verdadero objetivo individual de cualquier miembro de un grupo está conectado holográficamente con el objetivo del grupo en su conjunto. Una vez que todos hayan alineado su hara, todos habrán alineado su objetivo en el momento presente con su objetivo supremo como individuos y como grupo. El objetivo supremo de cada cual forma parte del gran plan evolutivo de la Tierra, que se mencionó en el capítulo 13. Este plan sincroniza a todos, y el grupo se vuelve sincrónico. Y, como ya hemos dicho antes, dentro de este marco no es posible ninguna postura adversaria. La sincronía puede percibirse en la sala. Ésta se llena de la energía de la tarea inminente. Todo el mundo tiene una parte que cumplir. El objetivo de cada parte está conectado al objetivo del todo. Resulta sorprendente lo bien que funcionan los grupos cuando son capaces de empezar por alinear cada voluntad individual dentro del grupo. Cuando se consigue esto, emerge la voluntad del grupo.

La alineación del hara puede ser utilizada por cualquier grupo. Usted puede emplearla en su equipo curativo, su grupo de investigación, grupo político o grupo profesional para establecer el objetivo del equipo. Este modelo es aplicable en todas partes, sobre todo en la mesa de negociaciones entre empresas, ya que se basa en la unidad en vez de la dualidad. Si todos alinean su hara y se conectan con el objetivo universal, no habrá una situación de vencedores y vencidos. Las transacciones serán más fluidas.

En cierta ocasión di una conferencia de media hora sobre este tema en el club Win-Win de Denver. Esta organización es un grupo de jefes de empresas y corporaciones dedicadas al estilo financiero «ganar-ganar» en lugar del estilo «vencer sobre el adversario». No les costó más de unos minutos cambiar la energía presente en la sala a un objetivo colectivo sincronizado después de que yo les enseñara a alinear el hara. Lo aprendieron más de prisa que cualquier otro grupo al que haya tenido el privilegio de enseñar.

Recomiendo usar esto como una meditación inicial cada vez que trabaje con un grupo. Si surgen discrepancias, significa que la alineación ha desaparecido. Le sugiero que repita la meditación para volver a alinearse.

Por otro lado, la presencia de un líder cuyo hara se mantenga alineado ayudará a todos los que le rodean a sincronizarse con su propio objetivo. Yo utilizo esto habitualmente para prepararme primero a mí misma, luego al equipo de profesores con los que trabajo, y más tarde al grupo más numeroso de alumnos con los que trabajo en mis programas de formación. Yo lo llamo «fijación de la línea del hara colectiva». Para fijar la línea del hara de un grupo, el primer paso es muy importante. Antes que nada, el líder debe fijar su hara. Esto implica pasar por la meditación personal para estabilizar el hara que acabamos de ver.

Yo, en mi función de líder, hago esto sola antes de mi primer encuentro con el grupo de profesores. Luego, cuando éste se reúne por primera vez, realizamos toda la meditación en grupo. Esto sincroniza el objetivo de cada individuo integrante del equipo con el objetivo colectivo. Más tarde, cuando el equipo de profesores se reúne con el equipo de alumnos que sustenta al equipo de profesores, volvemos a usar la meditación para establecer el objetivo de ese grupo más amplio.

Al día siguiente, por la mañana temprano antes de que empiece la clase, se repite esta alineación con todos los presentes en el aula. Esa energía alineada se extiende luego por toda la sala antes de que los alumnos entren en el aula. Una vez que todos los alumnos se han acomodado en sus asientos, yo vuelvo a dirigir la meditación para ayudarles a fijar también su línea del hara. Este proceso nos ayuda a regular la enorme cantidad de energía liberada en el transcurso de las semanas de clases de formación.

El poder, la fuerza y el objetivo que se acumulan en la sala pueden percibirse mientras la línea del hara del grupo va tomando forma. Es muy bonito de ver. Cada línea dentro de cada persona se conecta con la Tierra, se alinea e intensifica su brillo. Cada vez que lo logra un individuo, ayuda a quienes no han podido alinearse a hacerlo gracias al poder existente en la sala. Luego, cuando todos los presentes están sincronizados, una gran línea del hara colectiva, que representa el objetivo del grupo, se forma en el centro de la sala. (Véase la figura 17-13.)

De este modo, mantenemos el objetivo durante toda la clase. Si nos desincronizamos, repetimos el proceso de alineación. Alinear el hara de un grupo es uno de los mejores resultados de la creación de modelos holográficos que he visto jamás. Es un ejemplo muy práctico de mantener la individualidad y el objetivo individual permaneciendo al mismo tiempo conectado a los grupos más amplios que rodean al individuo. De esta manera, el individuo se conecta con el amor, el apoyo, el poder y el conocimiento contenidos en el grupo más amplio. Creo que esto explica por qué nuestras clases son tan efectivas y los alumnos asimilan el aprendizaje y el cambio con tanta rapidez.

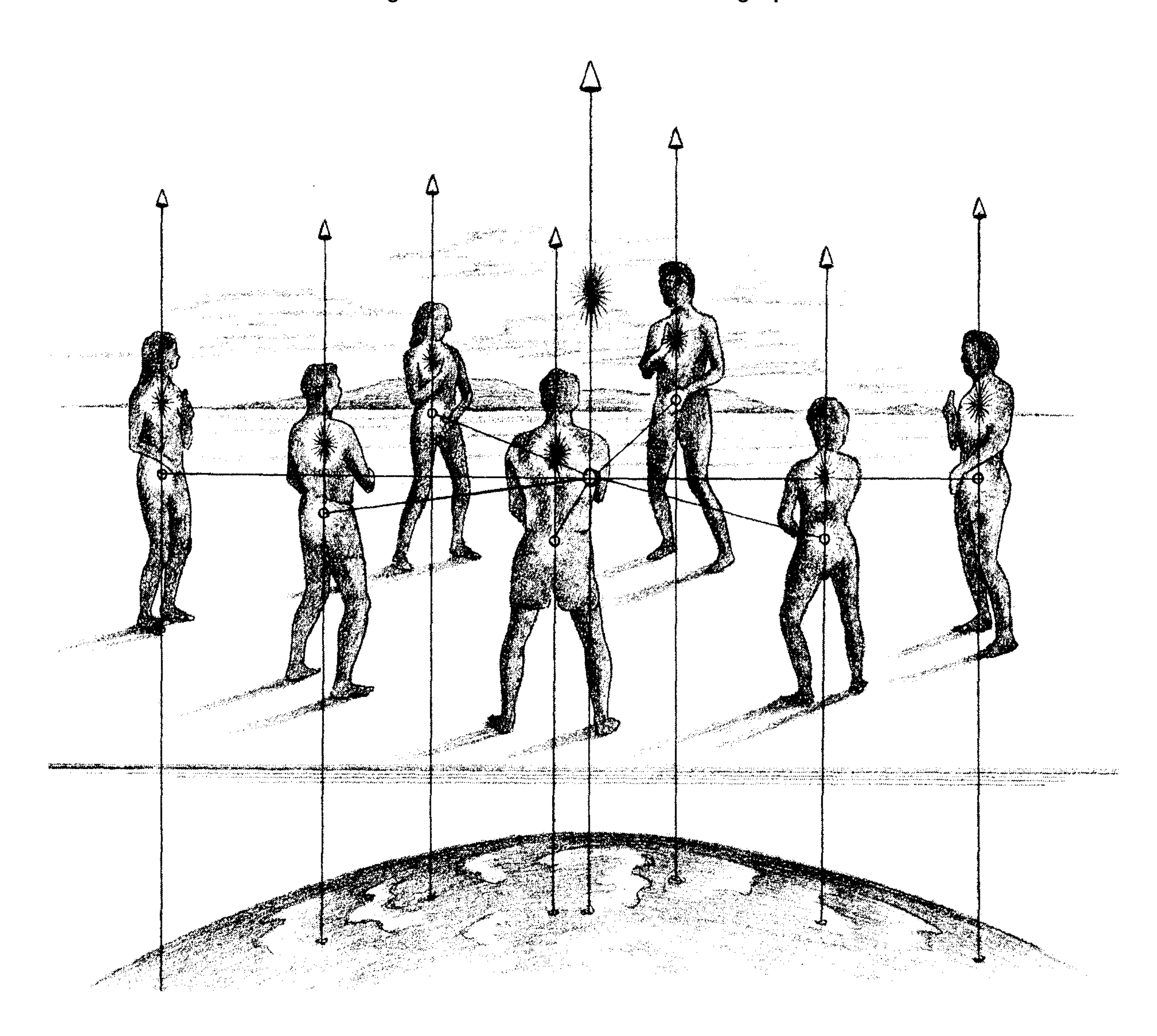
Alineación de un grupo de personas con su objetivo

Para hacer esto en un grupo, cada miembro debe situarse de pie o sentado en un corro y alinear su línea del liara individual según las instrucciones facilitadas para el ejercicio de alineación del hara. Procuren hacerlo todos juntos, pasando de una posición a otra al mismo tiempo.

En cada paso, conceda suficiente tiempo para que cada persona pueda alinearse. Usted notará un cambio en la energía del grupo cuando se haya cumplido. Recuerda mucho a una orquesta afinando los instrumentos. Al cabo de algún tiempo, palpará o sentirá, verá u oirá las energías del grupo estabilizándose. Si sigue sumido en la meditación, percibirá cómo la línea del hara del grupo se forma en el centro del círculo. Es muy parecida a la línea láser que recorre su cuerpo. Representa el objetivo del grupo. Es una hermosa línea de luz dorada, con los tres puntos descritos anteriormente. También habrá conexiones, semejantes a los radios de una rueda, entre el tan tien de la línea del hara del grupo y el tan tien de cada cuerpo. (Véase la figura 17-13.)

Sienta la fuerza y la estabilidad de la energía existente en la sala. Ahora ya pueden emprender su trabajo en grupo sin estorbos.

Figura 17-13. Línea del hara de un grupo



Reencarnación en la misma vida y la transformación de la línea del hara

En *Manos que curan,* hablé del fenómeno de la reencarnación en la misma vida que tiene lugar cuando alguien cumple su misión en la vida y accede a otra misión sin abandonar el cuerpo. Describí un capullo que se forma en el campo aural alrededor de la corriente energética vertical de la columna vertebral. Desde entonces, he observado que dentro del capullo, en el nivel del hara, la línea del hara se disipa y se restablece, determinando así una nueva misión en la vida para la nueva encarnación sin necesidad de empezar en un nuevo cuerpo. El proceso de disipación de la línea del hara vieja y el restablecimiento de una nueva dura un par de años.

Puesto que los puntos situados a lo largo de la línea del hara también cambian cuando lo hace ésta, la reencarnación en la misma vida suele ir acompañada de algunos problemas fisicos. Cuando el tan tien se tambalea y se disuelve, el cuerpo fisico puede convertirse en un caos. Los síntomas fisicos pueden ser muchos, pero ninguno de ellos es diagnosticable. O, en otros casos, es posible contraer una enfermedad con riesgo de la vida, tener una experiencia próxima a la muerte, o una experiencia de muerte fisica y regreso a la vida.

La reencarnación en la misma vida resulta muy confusa para cualquiera que la experimente, porque se pierde el sentido del propio ser, todas las cosas con las que se identificó, y su objetivo. A veces da la impresión de que va a morir. Es un período de profundo cambio personal. Es una época de desconocimiento, un tiempo de contemplación y espera, a veces en un vacío negro y aterciopelado que está lleno de vida inmanifiesta. Es un período de sometimiento a las fuerzas superiores que están trabajando dentro de usted.

Más tarde, durante ese tiempo, empiezan a ascender nuevas energías desde su estrella del núcleo hacia el nivel del hara para crear una nueva línea del hara que se corresponda con la nueva misión que usted ha

asumido. Por supuesto que esa nueva tarea estará vinculada a la vieja de la misma forma en que las vidas anteriores están relacionadas entre sí y con la vida presente. La reencarnación en la misma vida se va haciendo cada vez más común a medida que aumenta la cifra de personas que toman los caminos de la conciencia espiritual.

Durante los dos años necesarios para experimentar la reencarnación en el mismo cuerpo, cambian todos los aspectos de la vida. Esto incluye cambios importantes de profesión, pareja, residencia, amistades y situación económica. Al cabo de ese período de dos años, la vida suele ser muy distinta. La reencarnación en el mismo cuerpo puede ocurrir más de una vez en el transcurso de una vida. Pero, que yo sepa, eso es muy infrecuente.

Veamos a continuación un buen ejemplo de cómo cambió la vida de una persona como consecuencia del proceso de reencarnación en la misma vida. La llamaré Rachel. Esta mujer era una brillante ejecutiva que dirigía la división de recursos de una importante organización financiera. En un principio acudió a mí para curarse de un edema crónico que la había aquejado durante dieciocho meses.

Después de tres sesiones curativas espaciadas un par de semanas entre sí, Heyoan dijo que Rachel no precisaba más curación. El edema tardó un par de meses en desaparecer, y no volvió nunca más.

Durante las sesiones, Heyoan no habló para nada de su condición fisica. En cambio, habló del tapiz de la vida de Rachel, de entretejer los hilos dorados de su vida. Entonces Rachel empezó a estudiar en la Barbara Brennan School of Healing, y al cabo de varios años comenzó a ayudarme a dirigir programas. Fue en el transcurso de uno de esos programas cuando me di cuenta de que su tan tien estaba cambiando, y de que ella estaba accediendo al proceso de dos años de reencarnación en la misma vida. Así es como Rachel describe su propia experiencia:

No tenía ni idea de qué estaba pasando. El día de mi trigésimooctavo cumpleaños me corté mis largos cabellos. Había hecho esto durante toda mi vida. Pero sentí que tenía que cambiar totalmente algo de mí misma. Unos días después, fui a San Francisco a reunirme contigo para participar en un taller introductorio. Entré en la habitación del hotel, tú me miraste y exclamaste: «¡Oh, mira! ¡Tu tan tien se tambalea! ».

No tenía la menor idea de qué significaba aquello. Tú dijiste: «Es lo que ocurre cuando te reencarnas en el mismo cuerpo. ¡Tu línea del hara se desintegra!». Esto me asustó, porque no sabía qué significaba. Entonces tú trataste de ver si había un capullo alrededor de mi corriente de energía vertical. Lo había. Tú lo dibujaste.

Seis meses más tarde, cuando el capullo ya había empezado a disolverse, había un tramo de la corriente de energía vertical en el que se había interrumpido el cambio. Tú dijiste que yo había detenido el proceso. Más tarde, cuando se me desvió la espalda, tú explicaste que una de las razones por las que tenía tantos problemas para curarme era que mi tan tien seguía oscilando, ya que el proceso de reencarnación seguía su curso. Antes de eso, yo había gozado de una salud estupenda durante toda mi vida, por lo que aquel proceso resultaba muy duro para mí.

Una vez iniciado el proceso de reencarnación, pasé también por un montón de vidas anteriores. Nunca antes las había experimentado a nivel personal. Tuve también un mínimo de ocho o nueve experiencias que yo llamaría una dimensión de lapso temporal, en las que se superponían dos tiempos. Podía sentir o experimentar otro nivel completamente externo a lo que estaba ocurriendo en el presente. Recuerdo que una de estas experiencias sucedió cuando estaba en el estrado durante una clase, mirando a los alumnos. Levanté los ojos hacia el anfiteatro, y supe que estaba desierto. Sabía que era el año 1989. Pero, al mismo tiempo, tuve una viva experiencia de que el anfiteatro estaba abarrotado de gente que gritaba pidiendo una sentencia. Era la escena de un juicio. Estas experiencias comenzaron una vez iniciado el proceso de reencarnación en el mismo cuerpo.

Al cabo de un par de años de que todo empezara, tú te acercaste a mí mientras efectuabas curaciones canalizadas y me anunciaste que había terminado.

Este suceso acarreó algunas consecuencias externas y evidentes. Una: no podía continuar en mi trabajo. Tenía que dedicar mucho tiempo aprendiendo sobre la vida espiritual, y fue entonces cuando dejé mi empleo y empecé a trabajar en la escuela. Hacía tiempo que quería marcharme, pero tenía mucho miedo ante la incertidumbre de cómo sería mi estabilidad económica. Una vez iniciado el proceso de reencarnación, me fue imposible proseguir mi trabajo, por muy grandes que fueran mis temores. El impulso del cambio me empujó literalmente al interior de una parte de mi vida en la que no podía sentirme más a gusto conmigo misma, aunque no supiera qué significaba eso, porque no lo sabía. Sólo sabía que tenía que dejar de sentir que cada día, al levantarme, no podía soportar la obligación de ir a trabajar.

La experiencia de la reencarnación me infundió la sensación de que el cambio es beneficioso en vez de atemorizador. El cambio resultó una vivencia muy excitante, como esperar algo importante. Me dio una sensación muy distinta.

Yo era la persona más sana que conocía antes de dar comienzo la reencarnación. Una vez empezada, sentí dolor en la espalda. Ésa fue la primera enfermedad importante que he tenido jamás. Fue casi exactamente al cabo de un año de iniciarse la reencarnación. Ahora tengo la espalda un mil por ciento mejor que hace un año. Ahora sólo tengo un dolor de espalda funcional, sin más efectos fisiológicos.

La principal diferencia que observo en mí respecto a aquel período es un gran cambio en la relación conmigo misma. En cuanto hube pasado por las experiencias de mi vida anterior, mi relación conmigo misma se hizo mucho más profunda. Tuve una mayor conciencia de que no era consciente de mí misma. El cambio más espectacular es que ahora me doy perfecta cuenta de mi participación en todo. Soy realmente mucho más

consciente de que soy responsable, al menos en un 50 %, de todo cuanto ocurre. Tengo mucha menos culpa en lo que se refiere a «o yo o ellos». Tengo mucha más conciencia de la pauta habitual de mi vida que me hace actuar como lo hago a través de mi sistema de defensa. Mi autoconciencia pasó de cero a un grado extremo. Ahora soy muy, muy consciente de mi reacción. Soy mucho más consciente del papel que desempeño en la vida en todas las situaciones de lo que era antes. En vez de plantearme mi vida como algo que me ocurre, me siento mucho más creadora o co-creadora. Así, descubro inmediatamente la parte que me toca en cada experiencia que tengo. Esto incluye las relaciones..., todo.

Soy consciente de mi parte en las cosas, de mi papel, de mi responsabilidad. Si tengo una discusión con alguien, ahora veo qué parte de ella es culpa mía. Veo que todo es compartido entre todos nosotros; todo es común. Y eso te hace sentir de un modo distinto. Pongamos por ejemplo mi familia: En lugar de limitarme a interactuar con ellos, tengo una segunda visión que me permite ver también, aun cuando estoy hablando con mi madre mientras cocina, exactamente qué es lo que hago que la afecta y cómo la afecta de una determinada manera. Entonces ella tiene una reacción que vuelve hacia mí como una pelota de ping-pong, yo tengo una reacción, y así sucesivamente.

Así pues, desde esa reencarnación en el mismo cuerpo, observo que esa interacción se produce constantemente, y de hecho puedo ver mi participación en el juego sobreimpuesta a mi vida. Por ejemplo, mis vacaciones navideñas fueron maravillosas porque era completamente consciente de las interacciones energéticas que tenía y que eran absolutamente habituales con mi familia. Era fascinante observarlas. Si detenía la energía, si interrumpía esa interacción y la sustituía con otra cosa, todo cambiaba.

Pienso que las secuelas de mi dolor de espalda están conectadas con todo lo que he dicho acerca de ser responsable de mis interacciones. Creo que tienen que ver con concentrarse exteriormente en vez de interiormente, y cuanto más aprendo a concentrarme interiormente, más se cura mi espalda. Y cuanto más miro hacia fuera, en busca de aceptación o lo que sea, más problemas tengo. Mi espalda todavía tiene que ver con reprimir mis reacciones o respuestas emocionales espontáneas. Sé que aún reprimo muchas reacciones viscerales, un montón de sentimientos. Dudo y me planteo muchos interrogantes, y creo que es entonces cuando más me duele la espalda. No siempre lo noto enseguida, pero empiezo a ser consciente de ello. Así, la espalda no me duele mucho cuando soy feliz.

Introducción a Abandono, muerte y transformación

La experiencia de la reencarnación en la misma vida requiere la renuncia y la muerte de lo viejo, para disponer de espacio y tiempo suficientes para el renacimiento. Sigue una maravillosa meditación ofrecida por Heyoan para facilitar la liberación de aquello que haya en usted que debe disolverse. Le sugiero que ponga música de fondo. Puede realizar esta meditación solo o en grupo. Está encaminada a propiciar un gran cambio en su vida.

* * *

ABANDONO, MUERTE Y TRANSFORMACIÓN
Canalizado de Heyoan

Sentid el poder de su gracia divina. El poder de la luz os ha traído aquí. Es a través de la gracia que experimentaréis esta curación. Este período de vuestra vida puede ser muy dificil para vosotros, pero es sin duda un tiempo lleno de crecimiento, un tiempo lleno de amor, un tiempo lleno de fraternidad. Es:

- Un tiempo al que estar agradecidos.
- Un tiempo por el que dar gracias.
- Un tiempo del que salir hacia delante y hacia fuera.
- Un tiempo para perdonar lo que queda por ser perdonado.
- Un tiempo para comprender lo que puede ser comprendido.
- Un tiempo para rendirse a lo que no puede ser comprendido.
- Un tiempo de seguimiento y un tiempo de liderazgo.
- Un tiempo para ser y un tiempo para hacer.

Es vuestro tiempo. Lo habéis creado para vosotros, y, por lo tanto, sois vosotros los que estaréis en él según vuestra elección.

Queridos, ¿cómo deseáis invertir este tiempo? Es vuestro tiempo. Es el tiempo para perseguir el anhelo sagrado de vuestra alma.

- Un tiempo de vida.
- Un tiempo de nacimiento.
- Un tiempo de renovación.

El alumbramiento llega después del tiempo de oscuridad. Dentro de la oscuridad, el útero acaba por llenarse. Se cumple algo mágico. La vida brota de la Tierra. Vosotros renacéis a la plenitud en una nueva forma, en una

nueva vida. Con vosotros, surge una nueva generación que bendice la faz de la Tierra. La paz llegará. La paz reinará.

Sentid una estrella luminosa en el centro de vuestro cuerpo que representa vuestra esencia individual. Todos nacemos en la luz. Vosotros sois de la luz, vosotros sois la luz, y la luz reinará en esta Tierra durante mil años; toda la humanidad será una.

Dejad que la magia os envuelva a vosotros y lo incomprensible. Estad dentro del útero de la regeneración. Dejad que aquello que debe morir se disuelva en la magia..., forraje para los campos.

- ¿Qué es lo que daréis a la Tierra para que se disuelva?
- ¿Qué es lo que hay que soltar para que la regeneración se lleve a efecto?

Dejadlo ahora en la Tierra con amor y un dulce abandono y adiós. Dejadlo con la bendición de dulces recuerdos de lo que os ha servido en el pasado y ya no os sirve ahora. Introducidlo profundamente en el útero de la Madre Tierra. Como una semilla. Dejad que caiga de vuestro cuerpo. Dejad que salga de vuestra conciencia. Dejad que se disuelva fuera de vuestras formas de pensamiento y se hunda profundamente en la Tierra durante un tiempo de olvido.

Acudid luego a la estrella de luz dentro de vosotros, en las profundidades del vientre. Dentro de vuestro cuerpo, de 2,5 a 4 cm por encima del ombligo, está la hermosa estrella de vuestra esencia única. *Estad aquí ahora.* Aquello que soltasteis se transmutará mientras vosotros estáis *aquí ahora.*

Aquello que muere en forma renace inmediatamente en la vida informe del vacío. Lo que es muerte para la forma es nacimiento para la vida abundante e informe del vacío.

En el ciclo natural, la primavera tocará aquello que se disuelve. Lo olvidado renacerá, en el ciclo primaveral, como un ave fénix en vuestra reintegración de una clase distinta.

Cuando la vida dentro del vacío informe se rinde a su muerte, renace la forma.

* * *

Capítulo 18
NUESTRO NÚCLEO DIVINO

Después de trabajar con la línea del hará y la intencionalidad con muchas personas y de apreciar los grandes cambios en su vida, viendo cómo se manifestaba su misión en la vida y cómo accedían a su realización, pregunté: «¿Quién el que se está realizando? ¿Quién tiene toda esta intencionalidad?». A fin de cuentas, nuestra intencionalidad no es quienes somos. Claramente, nuestra personalidad no es quienes somos. No es más que una firma que expresa un poco de quienes somos en realidad. Sin duda, nuestro cuerpo físico no es quienes somos. Entonces, ¿quiénes somos? ¿Dónde estamos? ¿De dónde emana toda esta vida? ¿Quién soy yo?

Razoné que tiene que haber otra dimensión más profunda debajo del nivel del hará, una dimensión que constituye los cimientos del nivel del hará: la dimensión del conocedor. Heyoan fue presto en responder a mi curiosidad:

* * *

Bajo la dimensión del hara existe la dimensión de vuestro núcleo más profundo. El núcleo es el eterno «Yo soy lo que es, fue y será». Aquí está el origen de vuestra fuerza creativa. Vuestro núcleo es la fuente interna de lo divino. A través de la EPS, parece una estrella, una estrella-núcleo. Esta luz es una firma de la esencia eterna de cada persona. Existe fuera del tiempo, el espacio, la encarnación física e incluso el concepto del alma. Parece ser la fuente de la propia vida. Es el Dios único e individual dentro de cada uno de nosotros. Es la fuente de la que mana toda la encarnación, y no obstante permanece en paz y serenidad absolutas.

Allí donde emerge la luz del núcleo, aporta curación. Allí donde está bloqueada, se declara la enfermedad.

* * *

De modo que emprendí una nueva aventura en busca del núcleo, lo encontré y aprendí a experimentar y trabajar con él. Mi trabajo con la estrella del núcleo ha sido extraordinariamente gratificante. En todas las curaciones que ofrezco ahora, trabajo con los tres niveles a la vez. Acompáñeme en mi viaje, en el que accederemos al mundo de su esencia, lo más sagrado de lo sagrado que hay dentro de usted. Estoy segura de que le encantará.

La estrella del núcleo: la fuente inagotable de su esencia

Usando la EPS, pude localizar la estrella del núcleo dentro del cuerpo. Está literalmente en el centro del cuerpo. Me doy cuenta de que la esencia del núcleo está en todas partes, pero la concentración en esta situación central en el cuerpo ayuda a establecer contacto con ella. La estrella del núcleo se encuentra de 2,5 a 4 cm por encima del ombligo, en el eje central del cuerpo. Parece una luz brillante de muchos colores. (Véase la figura 18-1 en el encarte a todo color.) Esta luz puede extenderse infinitamente. Conlleva una sensación muy

familiar de ser libre. Es el ser que usted ha sido a lo largo de toda su vida. Es el ser que usted fue antes de esta vida concreta. Es el ser que usted seguirá siendo después de esta vida. Es el usted que existe más allá del tiempo y el espacio. Esta esencia de ser es distinta para cada persona. Es su esencia única. Es lo divino individualizado que hay dentro de usted.

Lo que puede llevar a confusión acerca de la esencia interna es que también existe en el principio unitario divino, o Dios. Es decir, es al mismo tiempo el Dios individualizado que tenemos dentro y el Dios universal. A veces, esta paradoja nos resulta difícil de entender. ¿Cómo puedo ser yo y Dios al mismo tiempo? Dios es un concepto muy vasto. Dios escapa a la comprensión humana. ¿Cómo puedo llamarme Dios cuando sé que Dios es mucho más que yo? La única manera de responder esta pregunta pasa por la experiencia de la estrella del núcleo. Llevando la conciencia a la estrella del núcleo, sintiéndola y descubriendo luego que esta esencia es lo mismo que el ser, podremos resolver esta paradoja humana.

En cuanto pueda experimentar su esencia interna, será capaz de encontrarla en todas partes. La encontrará en todos los lugares de su cuerpo. La hallará por todo su campo aural. La descubrirá en todos los rincones de su nivel del hara. La encontrará en todos los aspectos de su vida. La hallará extendida hacia los límites más lejanos del universo. La encontrará en todas partes donde la busque.

Su esencia interna se expresa en todas partes hasta cierto punto. Los lugares en su intención, sus campos de energía vital, en su cuerpo físico y en su vida donde se expresa más plenamente son los ámbitos en los que usted está sano y es feliz. Los lugares donde se expresa menos son los ámbitos en los que usted es menos feliz, está incómodo o tiene problemas. Es así de sencillo. Así pues, hemos vuelto al principio de este libro, donde se describe la enfermedad como una señal de que nos hemos desconectado de algún modo específico de nuestra esencia interna. Nos hemos desconectado de nuestra divinidad interna. Hemos olvidado quiénes somos. Por medio de la EPS, lo podemos «ver» como una desconexión del núcleo.

Desconexión del núcleo

En el nivel de la estrella del núcleo, la disfunción casi siempre tiene que ver con el hecho de que la persona se desconecta de su núcleo de alguna manera. No es que ocurra algo malo en el propio núcleo, sino que hay alguna anomalía en la conexión entre el núcleo y los demás niveles de la existencia. De algún modo, la esencia interna no se transmite completamente al mundo físico. Esto podría ser provocado por una disfunción en el nivel aural o en el nivel del hara que no deja pasar la esencia interna. O podría ser que la estrella del núcleo estuviera envuelta de nubes oscuras de energía o incluso encerrada en una sustancia muy espesa y resistente.

Las vibraciones y la luz de la estrella del núcleo no pueden emerger.

Las personas muy desconectadas de su núcleo no tienen conexión con su creatividad. No se experimentan como poseedoras de una divinidad interna. No pueden experimentarse como un centro de luz único en el universo. Esas personas han olvidado quiénes son y tienen muchas dificultades para conectarse con el ser superior o hasta para saber que tienen un poder más elevado en su interior.

Curación con la esencia interna

Es evidente, dada la importancia del nivel de la estrella del núcleo, que todas las curaciones deberían incluir un cierto trabajo para elevar la esencia interna a todos los niveles que hay sobre ella. Todas las partes del nivel del hara, del campo aural y del cuerpo físico con las que se haya trabajado en el transcurso de una curación deberían irrigarse con la esencia interna antes de concluir el proceso curativo. Esto es verdad porque sea cual fuere la parte del cuerpo físico, del campo aural o del nivel del hara que se haya distorsionado, también la esencia interna se ve imposibilitada de aparecer en todo su esplendor.

Para aplicar una curación, el sanador usa en primer lugar la EPS para determinar la condición de los niveles físico, aural, del hara y del núcleo. El sanador aporta curación a cada uno de estos niveles, empezando por el aura o el hara, el que sea más apropiado para el cliente. Finalizada esta tarea, el sanador descubre y luego eleva la estrella del núcleo del paciente a cada uno de los niveles que están sobre ella. Primero, se eleva la esencia interna al nivel del hara, a continuación al aural, y por fin al cuerpo físico. El sanador dilata la estrella del núcleo para que la esencia individual del cliente llene su intención en el nivel del hara, la personalidad en el campo aural, y cada célula del cuerpo físico. Luego, el sanador extiende la luz del núcleo desde el cuerpo hasta la distancia máxima que sea cómoda para el paciente. Puede ser de unos pocos metros, o puede extenderse hacia los límites más alejados del universo.

Un buen ejemplo de este tipo de curación tuvo lugar durante una clase de segundo en diciembre de 1989, cuando una alumna de la Costa Oeste estadounidense entró con muletas y la pierna izquierda en cabestrillo. La llamaré Sarah. Explicó que había sufrido un accidente esquiando y que se había desgarrado el ligamento cruzado anterior de la rodilla izquierda. Un breve examen con EPS demostró que había algunos ligamentos desgarrados en la rodilla que debían repararse. También pude ver que su hara se había desviado, y que el conflicto más profundo era su relación con sus aspiraciones a hacerse sanadora. Le pregunté si podía utilizar su rodilla como herramienta didáctica y trabajé con Sarah delante de la clase.

Comencé la curación entrevistando a todos los alumnos que habían trabajado con ella antes de que yo hubiese tenido ocasión y comentamos los resultados de cada curación. Luego procedí a reparar el campo aural, efectué una curación en el hara y después elevé la esencia interna a las células de su cuerpo. Como

consecuencia de las sesiones, Sarah no tuvo que pasar por el quirófano, y su pierna sanó muy bien. La entrevisté dos años más tarde, en diciembre de 1991, para seguir los efectos de las curaciones que recibió. Estos son algunos fragmentos de lo que Sarah me contó:

Cuando ocurrió por primera vez, estaba en Yosemite, en la falda de la montaña. Era la primera ocasión en que me ponía unos esquís. Era una clase. Habíamos esquiado todo el día y habíamos ido ascendiendo gradualmente montaña arriba. Cuando caí, noté que la rodilla se salía de sitio. Mis compañeros de clase siguieron bajando. Luego pararon. Yo sabía que no debía levantarme, pero no quería que subieran a buscarme, de modo que me levanté y esquié lentamente montaña abajo. Fui a devolver los esquís cojeando y rabiando de dolor.

Pasé aquella noche en mi cabaña. Fue la noche más espantosa de toda mi vida. Estaba muy enferma. A la mañana siguiente acudí al hospital. En el trayecto de bajada desde las montañas vomité. Estaba pálida. Me dieron algo para el dolor y me dijeron: «Esto es muy serio. Tienes que acudir a un ortopeda cuanto antes». Luego me inmovilizaron la pierna.

Fui a ver a un ortopeda. Tenía la rodilla tan hinchada, que el médico no pudo hacerme la radiografía de rigor. Pero después de manosear, pinchar y tratar de forzar la rodilla para comprobar su radio de movilidad, dijo que parecía una lesión muy grave. Todo apuntaba a la posibilidad de que me operaran al cabo de unos diez días. Dijo: «Esto es grave». Añadió que tendría que volver al cabo de cinco días, pero yo respondí que quería regresar a la Costa Este dos días después para reincorporarme a las clases de curación.

Él me miró y dijo: «Estás loca. ¿De veras quieres irte? Yo no te prohibiré que lo hagas, pero las pasarás canutas en el avión. En fin, tú decides. A mí me parece una locura».

El viaje fue como una seda. La compañía aérea me proporcionó sillas de ruedas, y había tres asientos libres en mi fila, de modo que estuve bastante cómoda. Por suerte me acompañó Tony, una compañera de clase, quien se ocupó de mi equipaje.

Tony trabajó conmigo antes de viajar al este, inmediatamente después de la visita al ortopeda. Y fue entonces cuando vi, mediante la EPS, que ella conectaba dos cables que parecían hilos en mi campo aural. Los ligamentos cruzados forman una cruz en la parte interna de la rodilla. Tony conectó dos hilos que estaban sueltos en el exterior. A través de la EPS que aprendí en clase, tenían el aspecto de sendas víboras blancas. Y Tony volvió a colocarlos dentro. Esa operación resultó bastante dolorosa, y me hizo sudar de lo lindo.

Luego me reincorporé a las clases y dejé que tres compañeros trabajaran con mi rodilla. Alguien me introdujo en ella energía del primer nivel, de la que me sentía privada. Fue la primera vez que comprendí de veras qué se entiende por energía física. Luego Martin trabajó un poco en la rodilla. Cada día que alguien trabajaba conmigo, la rodilla mejoraba un poco más. Pero seguía doliéndome mucho, y no podía cargar ningún peso sobre ella.

Finalmente, usted me sacó al estrado y usó mi rodilla como herramienta didáctica. Invitó a cada persona que había trabajado conmigo a hablar de lo que habían visto utilizando la EPS y de lo que habían hecho. Después, usted me pidió que comentara los efectos de esas curaciones. Recuerdo que entonces usted empezó a realizar el trabajo con el hara, porque nosotros no sabíamos nada al respecto. Usted estaba junto a mis pies, hablando a la clase, y recuerdo las increíbles sensaciones que me subían por las piernas. Entonces pensé: «No sé qué es, pero ¡vaya!, algo está pasando aquí».

Un enorme caudal de sensaciones ascendía por mis piernas y por todo el cuerpo, y me sentía realmente afectada por eso. Entonces usted dijo: «Oh, sí. Lo que estoy haciendo ahora es trabajar con el hara». Recuerdo que estaba tendida en esa litera con una intensa sensación dentro del cuerpo, y empecé a marcharme. Usted cerró la estrella del núcleo después de trabajar con ella, lo que era nuevo. No lo habíamos visto nunca hasta entonces, y yo no sabía qué estaba haciéndome.

Pasé mucho tiempo ausente después de que usted trabajara conmigo. Permanecí en el estrado probablemente una hora o dos, completamente tendida. Y recuerdo que a continuación me levanté y pude andar sobre la rodilla. No cargaba todo el peso sobre ella. Cojeaba un poco, y ya había recorrido la mitad del estrado cuando usted me dijo: «¡No hagas eso todavía! Toma las muletas y espera un poco de tiempo para que se solidifique».

Después de que usted me curase, me sentí muy bien. Ya no necesité el cabestrillo. Pero no era sólo la rodilla; todo mi cuerpo se encontraba muy bien. Me sentía muy fuerte en aspectos en los que no lo había sido hasta entonces. A partir de ese momento, experimenté un cambio muy importante. Pasaron muchas cosas. Siempre había sido muy escéptica con relación a este trabajo, y me había cuestionado mi sitio y la realidad de esta actividad. El hecho de sufrir una lesión tan grave que parecía enviarme de cabeza al quirófano, y comprobar que este trabajo había resultado tan efectivo y tan increíblemente útil significó mucho para mí. Realmente me curó la rodilla. Es como si me hubiese hecho saber desde un nivel muy básico, a pesar de mí misma, lo que este trabajo podía hacer. Noté que había experimentado un cambio integral por la firme actitud que adopté en mi trabajo. Me ayudó a conectarme con esta actividad. Vi las cosas mucho más claras y enfocadas.

Cuando regresé a la consulta del ortopeda, éste quedó sorprendido y estupefacto al ver mi rodilla curada. La examinó en el transcurso de un par de semanas. En realidad, regresé por él. Practiqué la natación para fortalecer la rodilla. Trabajé mucho con ella en el primer nivel del aura, básicamente para cargar ese nivel de mi rodilla.

¿Cuál es el significado profundo de todo esto? Yo había sufrido muchas lesiones en el lado izquierdo del cuerpo. Estaba muy vinculado al lado femenino de mí. Yo debía ser capaz de salir del mundo y recibir. Trabajé mucho con mi principio femenino. Tuve gran cantidad de sueños sobre la niña de mi interior. Necesitaba rendirme y recibir. Se trataba de regresar a casa, a ese lugar interno, a ese lugar de equilibrio, a ese lugar verdadero dentro de mí que llamo vida verdadera. Se trataba también de valerme por mí misma, creer en mí misma y creer que tengo algo por ofrecer. Poco después de ese suceso, empezó a desarrollarse mi vocación de sanadora. La práctica de esta actividad es una manera que me ayuda a volver a casa, porque para trabajar con la gente debo acudir a ese lugar. Para mí, el desafio consiste en cómo puedo hacer eso para mí misma.

Abriendo pasillos a su núcleo

Ahora dedique unos minutos a transportar su conciencia a la situación fisica asociada con la estrella del núcleo, en el centro de su cuerpo, de 2,5 a 4 cm por encima del ombligo. En poco tiempo se sentirá tranquilo, relajado, lleno de luz y de energía, y su sensación de ser aumentará. Abrir la EPS al nivel de la estrella del núcleo es una experiencia maravillosa. Primero verá su estrella del núcleo, en todo su único esplendor. Luego, si observa una sala llena de gente, verá un espacio lleno de estrellas, todas ellas distintas, todas brillantes y exquisitas. Es como si las estrellas se cantaran unas a otras a través del espacio lleno de luz del núcleo que se conoce como el Altísimo. (Véase la figura 18-2 en el encarte a todo color.)

Si dedica unos minutos al día (con sólo cinco bastará) a concentrar su atención en este núcleo central de su ser, su vida cambiará. Emprenderá un camino consciente de cambio en su vida que le llevará a sitios a los que siempre quiso poder ir pero nunca había tenido ocasión de acceder. Puede que experimente las grandes alturas espirituales del asombro. También resolverá conflictos que ha evitado afrontar, a veces para el resto de su vida. Acudirán al primer plano de su vida para que los experimente y los solvente. Empezará a crear las cosas que siempre quiso hacer, pero que no había creado en su vida.

El hecho de abrir el pasillo interno a nuestro núcleo permitirá la aparición del amor, la verdad y el valor que llevamos dentro. Éste es el proceso fundamental en la curación. Al abrir ese pasillo interno, la energía curativa asciende automáticamente por las cuatro dimensiones de nuestra energía creativa y emerge para que podamos suministrarla en la curación al propio ser o a otra persona. La energía curativa fluye automáticamente de cualquiera que abra su pasillo interno entre la personalidad externa y la estrella del núcleo. Resulta fácil notar esa energía curativa cuando se está en presencia de una de esas personas. Usted se sentirá tranquilo, relajado, seguro y lleno.

Usted ya ha establecido automáticamente la conexión entre su personalidad y su núcleo a través de su ser superior. La mayoría de la gente más bien se avergüenza de la naturaleza real de estar en su ser superior. Es un poco como quedar al descubierto. Es como estar indefenso. Así pues, dedique algún tiempo a llegar a conocer su ser superior. ¿Qué partes de usted ya están limpias, son puras y afectuosas? Cuando sea más consciente de cuáles son esas partes, podrá permitir que se expresen más. Se irá acostumbrando a expresar su amor y atención por los demás sin sentirse avergonzado.

Nuestra estrella del núcleo es nuestra fuente divina. Al abrir el pasillo interno a nuestra fuente divina nos conectamos automáticamente a la fuente divina externa de amor y energía que nos rodea, y que yo llamo «divinidad universal». Es mediante la aceptación de lo divino que llevamos dentro, que es el Dios individualizado y localizado en nuestro interior, que llegamos a conocer el Dios universal. Dicho de otra manera, la apertura del pasillo interno a Dios da lugar a una avenida externa que conduce a Dios. O, a la inversa, cuando nos rendimos a Dios, o a lo divino que está encima, debajo y alrededor de nosotros, tenemos acceso a lo divino que hay en nuestro interior, o el Dios interno. Lo uno no es posible sin lo otro.

Todo cuanto hacemos se origina en la estrella del núcleo, al igual que cualquier intención positiva. El placer es su fuerza motivadora, y no crea más que gozo y satisfacción.

Aquí está el camino creativo que emprende nuestra esencia interna cuando se extiende hacia el mundo de la manifestación. Cuando nuestra fuerza creativa asciende desde esa estrella del núcleo, aporta un gran placer. Cuando la esencia interna emerge en la dimensión del hara de camino hacia nuestro mundo fisico, asciende hacia el centro de los tres puntos situados a lo largo de la línea del hara. Si los tres puntos están alineados, habremos alineado nuestra intención con lo mejor que hay en nosotros, y nos habremos sincronizado con la intención divina. En otras palabras, la voluntad de Dios y la nuestra serán una. Entonces, cuando dejemos que la esencia interna acceda a esa intención divina, expresaremos también nuestra esencia individual a través de nuestra intención o nuestro objetivo. Expresaremos el objetivo divino individual.

Cuando la esencia interna asciende al nivel aural, accede a los centros de los chakras y se extiende para impregnar todo el campo aural de la esencia de quienes somos. Entonces expresamos nuestra esencia divina con nuestra personalidad.

Cuando la esencia interna asciende al nivel tísico, accede al núcleo de cada célula, al ADN. Se difunde por todo el cuerpo hasta que la luz divina luce con tal intensidad, que resplandece literalmente sobre nuestra piel, y estamos radiantes. Entonces expresamos nuestra esencia divina a través del cuerpo físico. Es algo digno de ver. Nuestra esencia llena el espacio, y todos los presentes pueden experimentarla y deleitarse en ella.

He aquí una meditación canalizada de Heyoan para llevar su esencia a cada nivel de su ser.

* * *

MEDITACIÓN DE LA ESTRELLA DEL NÚCLEO
Canalizado de Heyoan

Primer paso: Alineación del hara

Llevad vuestra conciencia al tan tien, 4 cm más abajo del ombligo, en el eje central del cuerpo. Sentid la energía que hay allí. Notad el calor concentrado allí. Sentid que es el mismo que el calor del núcleo fundido de la Tierra. Es un armónico del sonido que emite el núcleo de la Tierra. Permaneced concentrados aquí hasta que el calor sea muy intenso.

Llevad vuestra conciencia a la zona superior del pecho, unos 6,5 cm más abajo de la hendidura en la garganta. Aquí, en el nivel del hará, la sede del alma en el pecho es como la luz difusa en torno a una vela. El anhelo del alma, la canción del alma, reside aquí. No es el chakra del corazón. Cuando os conectáis con ella, a veces da la sensación de una pelota que se hincha dentro del pecho. Tiene un aspecto esférico muy nítido. Contiene el anhelo del alma.

Sentid ahora la línea láser que va desde la sede del alma en el pecho, bajando por el tan tien en la pelvis, hacia el centro de la Tierra. Sentid la fuerza y el silencio en la sala mientras nuestros objetivos indivi duales y colectivos se sincronizan.

Concentrad la conciencia en el punto situado por encima de la cabeza. Erguid la columna vertebral. No dejéis que os cuelgue la cabeza. Imaginad un fino hilo que pasa por la parte superior de vuestra cabeza. Si no lo notáis, escoged un cabello situado justo en la parte superior de la cabeza y tirad de él hacia arriba como si fuera un cordel del que pende la cabeza. Con el ojo de la mente, alcanzad esa pequeña abertura, de poco más de medio centímetro de diámetro, situada de 75 a 90 cm más arriba de la cabeza. Oiréis un sonido muy agudo si mantenéis vuestra percepción auditiva abierta. Cuando consigáis hacer pasar esa línea láser a través de ese agujero, oiréis un verdadero chasquido. Es como una pequeña detonación. No resulta fácil encontrar ese punto alto. Se parece a un pequeño torbellino. Cuando deis con él, será como acceder a una realidad totalmente distinta, muy por encima vuestro. Si oís el chasquido, os encontraréis dentro de la divinidad, o esencia indiferenciada. Pero para hacer pasar esa línea, tenéis que alinear completamente vuestro cuerpo físico.

Sentid ese pequeño rayo láser, de la mitad del diámetro de vuestro dedo meñique, pasando a través de todo vuestro ser desde la divinidad hasta el núcleo fundido de la Tierra. Sentid la canción del alma en el pecho y la fuerza creativa en el tan tien. Notad eso al mismo tiempo que sentís la línea que recorre todo el trayecto hasta el núcleo fundido de la Tierra. Experimentad esa fuerza. Eso es la alineación para vuestra tarea. Ése es el puente. Eso sois vosotros y el puente entre el cielo y la Tierra.

Sentid ahora la sincronización del objetivo en la sala. Esa misma línea que discurre hacia abajo por el centro de la sala es la línea del hará del grupo. Notad la conexión entre vuestro tan tien y el tan tien del grupo, que está en el centro de la sala.

Es en este nivel donde vuestra misión y la misión del grupo más amplio se sincronizan. Es en este nivel que la misión de este grupo se sincronizará con la de la comunidad más amplia que hay alrededor. Ésta se sincronizará luego con la de la región, el país, el continente y el planeta. Ésta es la forma de conectarse con la energía y la verdad de un sistema dentro de un sistema dentro de un sistema más amplio. Es la clave para la alineación holográfica universal. No hay necesidad de luchar ni de inquietarse por el hecho de que vuestra misión sea difícil. No tiene por qué serlo. Porque cuando os alineéis en esos niveles -la estrella del núcleo, el aura, el hará y el cuerpo fisico- estaréis en sincronía con el mundo que os rodea así como con vosotros mismos.

Segundo paso: Emergencia desde la estrella del núcleo Ahora llevad vuestra conciencia a la estrella del mi-cleo, situada 4 cm más arriba del ombligo. Aquí reside la esencia de quien sois más allá del tiempo, más allá del espacio, más allá del anhelo y el deseo. En este lugar simplemente sois. No hay necesidad. No hay dolor. Simplemente sois creadores. Cuando, como creadores, salís de la estrella del núcleo de vuestra esencia para crear, primero lleváis energía creativa al nivel del hará, vuestra misión divi na. Desde el nivel del hará, aportáis energía al nivel aural, creando vuestra personalidad, plantilla de lo físico. Desde el nivel aural, introducís energía en lo físico, para crear vida en forma en el cuerpo físico.

La fuerza creativa se traslada desde el uno (estrella del núcleo), pasando por la trinidad (representada por el punto situado sobre la cabeza, el punto dentro del pecho y el punto dentro del tan tien en el nivel del hará), a través del nivel de siete (las siete capas del campo aural), hasta la multiplicidad de formas en el mundo tridimensional. Cuando hayáis terminado un plan de creación, aportaréis más de vuestra esencia a la trinidad, a través de la cual resplandece vuestro objetivo.

Así pues, dejad ahora que vuestra esencia rezume con fuerza y sin parar desde la estrella del núcleo, a través del nivel del hará y hasta vuestro campo aural. Dejad que esa esencia fluya a través de cada capa del campo. Cada una de éstas representa un estado de ser, un nivel de ser en la condición humana. Llevad la esencia de vuestro ser por cada uno de esos niveles de ser humano. Luego bajadla a lo fisico, para que cristalice en vuestro cuerpo, por todas las células de éste. Esto aportará salud, gozo y placer a vuestra vida fisica y vuestra tarea en la vida. Vuestro cuerpo, vuestra personalidad y vues
tra vida son todos ellos expresiones de vuestra esencia divina.

Así, el uno se ha convertido en trinidad, que se ha convertido a su vez en el siete, y cuando abráis los sellos del siete, conoceréis a Dios dentro del ser humano. Ahora mirad dentro de cada célula de vuestro cuerpo. En el núcleo de cada célula, descubriréis una configuración muy similar a vuestra estrella del núcleo: un punto de luz que irradia la esencia de vuestro ser dentro de cada célula del cuerpo fisico. Entonces la curación no es más que ayudar a vuestro ser a conectarse con la verdad de vuestra esencia. No es nada más que eso.

Allí donde haya dolor o enfermedad, ira o miedo, donde haya indicios de codicia, donde haya olvido, recordad vuestra estrella del núcleo. Dejad que emerja la luz que hay dentro de ésta. Recordad la luz presente en cada célula de vuestro cuerpo. Recordad vuestro cuerpo. Reintegrad los miembros del cuerpo dentro de la luz de éste, vuestro altar hecho forma. Esa luz es la luz de vuestra estrella del núcleo, vuestra esencia, el Dios interno.

Vuestra misión no surgió del dolor; vino del deseo de crear. Salió del flujo de amor procedente del centro de vuestro ser, que en su movimiento creativo desde el núcleo se desconectó y olvidó quién es. Sólo es cuestión de volver a conectarlo con el recuerdo de quienes sois. Vuestra misión en la vida es recordar ese impulso creativo original y completar vuestra creación para que brote otra desde la fuente que hay dentro de vosotros.

Dejad que la esencia de quien sois, que descansa en vuestra estrella del núcleo, resplandezca por todos los niveles de vuestro ser. Permitid que ese impulso creativo original os guíe por el camino de la vida.

***

La estrella del núcleo y el impulso creativo de la vida

Hace poco, en un discurso sobre la creatividad, Heyoan describió las fases del proceso creativo en relación con las cuatro dimensiones de nuestro ser. Dijo que el impulso creativo emana de nuestro núcleo y recorre todos los niveles superiores hasta el mundo material, como acaba de experimentar en la meditación. Heyoan dijo que el impulso creativo se manifiesta entonces plenamente en nuestra vida en forma de nuestras creaciones. Así, por ejemplo, pintamos un cuadro, escribimos un libro, construimos una casa, efectuamos un descubrimiento científico o fundamos una organización. Cuando terminamos, lo celebramos. Tenemos una intensa sensación de logro y proclamamos que lo hemos conseguido.

Pero Heyoan añade que es aquí, en la aparente cima de nuestra creatividad, donde debemos ser prudentes a la hora de considerar nuestro logro. Dice que nuestra obra de arte o descubrimiento no es el producto final de nuestro proceso creativo. Nos recuerda que el objetivo de la vida en la dualidad del plano fisico consiste en mostrarnos un espejo para que podamos reconocer nuestra individualidad divinidad. El producto final de nuestro arte, descubrimiento científico u organización es, en realidad, nuestro espejo más abrillantado. Es el grado máximo del discernimiento que dice: «Mírate aquí, reflejado en tu logro». En realidad, no es más que el punto intermedio del proceso creativo.

El proceso o impulso creativo de la vida tiene cuatro fases. La primera es la inmovilidad del vacío contenido en el interior de la estrella del núcleo. Es un punto de estasis. Luego viene la expansión fuera del núcleo, cuando la esencia de quien usted es se expresa a través de los niveles de intención (nivel del hara), personalidad (nivel aural) hasta el mundo fisico. En el punto culminante de la expresión fisica, cuando contemplamos nuestro espejo abrillantado, accedemos a la fase siguiente. Es la estasis al final de nuestra expansión en el individualismo. Aquí nos detenemos para autoobservarnos. Luego, poco después, el impulso creativo de la vida retrocede del mundo fisico al aural, desciende al nivel del hara y regresa al núcleo. Es aquí, en las entrañas del núcleo, donde alcanzamos la cuarta y última fase del impulso creativo de la vida. Volvemos a entrar en la estasis dentro de las profundidades del núcleo.

Así pues, ¿cuál es nuestro producto final de la creación? Una vez que hemos echado un detenido vistazo al espejo abrillantado del autodiscernimiento, devolvemos nuestras creaciones a través del nivel de la intencionalidad, a través de la personalidad, hasta el ser más profundo. A medida que la fuerza creativa desciende por cada dimensión, cada nueva fase nos aporta aprendizaje. Ese aprendizaje se desplaza desde el mundo fisico al mundo psiconótico de los sentimientos-pensamientos, al mundo nótico de las ideas puras, baja al mundo de la intencionalidad y se sumerge en nuestra esencia. *Nuestra creación final es, por tanto, la esencia destilada de nuestro núcleo.*

Este proceso creativo ocurre continuamente. Creamos constantemente más esencia interna individual. Estamos siempre en alguna fase de esta oscilación creativa en cada parte de nuestra vida. Yo diría que probablemente estamos en todas las partes del ciclo todo el tiempo, pero en áreas distintas de nuestra experiencia vital.

Estamos rodeados y penetrados por una ondulación creativa vibratoria universal. Somos de ella, somos ella, ella es nosotros. Fluye a través de nosotros, y nosotros fluimos a través de ella. No hay final ni principio. Nosotros la creamos como ella nos crea a nosotros. No hay un iniciador. No hay más que la ondulación creativa de la vida que se despliega y se repliega. En el momento de despliegue, se crea. En el momento de repliegue, se disuelve. Es lo que David Bohm, el célebre fisico, llama «el orden implicado».

La ondulación creativa empieza por una estasis replegada; luego se despliega hacia arriba y hacia fuera desde la estrella del núcleo a través de las dimensiones superiores hasta el mundo de la manifestación fisica y se extiende hacia los límites más distantes del universo. La expansión se frena, se para y permanece en estasis. Ha tejido los hilos dorados de la nueva creación a través de todo lo que es, por todo el mundo manifiesto. Aquí, entra en comunión con todo aquello con lo que se ha fundido. En esta fusión, se crea el amor.

El amor permanece. Y luego emprende el largo viaje de contracción. Se repliega sobre sí misma. Regresa a través de las cuatro dimensiones de nuestras energías creativas hasta nuestra estrella del núcleo, llevando todo lo que ha aprendido y creado al ser individual.

La mayoría de nosotros no concedemos tiempo suficiente a la parte de estasis de nuestra ondulación creativa. Existen dos fases en la parte de estasis de la ondulación creativa: la parte previa a la expansión, cuando estamos contraídos y fusionados con nuestro ser más profundo, y la parte posterior a la expansión, cuando estamos extendidos y fusionados con otro.

En la primera fase, necesitamos un tiempo de soledad tranquila para integrar quienes somos con aquello que hemos creado en el pasado. Debemos estar solos para encontrarnos, para estar con nosotros mismos sin hacer nada. Este tiempo de concentración es un período de acumulación de energía sin hacer nada.

En el segundo tipo de estasis, necesitamos tiempo para estar con otros de formas silenciosas, no verbales, de suerte que podamos experimentar el prodigio del otro. Podemos hacer esto de muchas maneras, como estar en parejas de interacción silenciosa o en una meditación en grupo, simplemente estando juntos sin tener que hacer nada.

En realidad, a la mayoría de nosotros nos gusta la parte expansiva de la ondulación creativa. Gozamos de la enorme cantidad de energía saliente al exterior, y nos sentimos estupendamente. Nos encanta salir de aventura al mundo para aprender. Nos resulta estimulante asistir a talleres, tomar clases o pintar un cuadro. Nos sentimos importantes cuando miramos en el espejo creativo que nos refleja cuando accedemos al estado de estasis desplegada que sigue a una expansión. Queremos permanecer allí para siempre, y nos resistimos a alterar ese estado.

Nos resistimos a regresar abajo y hacia dentro. Pero es importante recordar que debemos dedicar el mismo tiempo y la misma atención a la fase de contracción del impulso creativo y al vacío silencioso de la fase de profunda estasis interna que sigue a la contracción. A muchos de nosotros no nos gusta la contracción. Muchos de nosotros nos inquietamos después de un gran proyecto expansivo y nos deprimimos una vez terminado. Esto se debe a que muchos de nosotros no entendemos la contracción natural del proceso creativo, no sabemos honrarla y saborearla al máximo.

La fase del principio creativo en la que nos replegamos o contraemos al interior del ser es aquella a la que más nos resistimos porque en esta etapa suelen evocarse sentimientos negativos hacia nosotros mismos. Deje que le explique el porqué.

En la fase de expansión, una gran cantidad de energía se desplaza a través del cuerpo y el sistema energético. Esa poderosa energía empieza a aportar luz a nuestros bloqueos energéticos oscuros y estancados, y esa luz les restituye vida y conciencia. A consecuencia de ello, esa energía estancada se desbloquea y empieza a moverse. Entonces experimentamos esa energía-conciencia como una parte del proceso de curación o iluminación. Para decirlo de un modo más sencillo, en la fase de expansión estamos impregnados de nuestro nuevo conocimiento y nuestras nuevas creaciones. Pero a la luz de ese conocimiento nuevo también vemos nuestros defectos con más claridad. No pasa nada mientras nos concentremos en el espejo de nuestras nuevas creaciones, pero cuando nos contraemos nuestra concentración se vuelve hacia dentro. Entonces vemos defectos que quizá no habíamos detectado hasta ese momento. El problema es que empezamos a juzgarnos y rechazarnos por lo que ahora podemos ver y sentir. Esas valoraciones acrecentar los sentimientos negativos hacia nosotros mismos, y no queremos experimentarlos.

En consecuencia, no queremos estar presentes en la oscilación cuando ésta se repliega hacia nuestro interior a través del segundo nivel del campo, donde existen los sentimientos hacia nosotros mismos. Así pues, nos resistimos a la contracción. Tratamos de detener el impulso de repliegue de la ondulación, o nos apeamos de él, con lo que interrumpimos el proceso creativo. Para hacer esto, nos desconectamos de lo que hemos creado. O lo desechamos devaluándolo, o bien nos deshacemos de ello argumentando que lo creamos para otra persona. Con el tiempo, incluso empezamos a creer que hicimos la creación para otro y no para nosotros mismos. Es como si considerásemos que está mal crear algo para nuestro propio deleite, como si no beneficiara a otros. Esto nos causa más dolor.

La razón por la que muchos de nosotros evitamos crear es que no sabemos culminar el proceso creativo devolviendo aquello que hemos creado a nosotros mismos para felicitarnos por nuestro logro. El proceso de honrarnos y felicitarnos es el proceso de mirarse en el espejo reflector de manifestación para poder identificar lo divino individual que llevamos dentro. Es una fase muy importante del proceso creativo. Debemos aprender a experimentar una contracción de una forma positiva. Heyoan dice:

* * *

La contracción es la entrada al ser, el acceso a la sabiduría que ha estado allí siempre. Después de una experiencia, como un gran éxito o incluso una cu

ración, al cabo de unos tres días, quizá antes, os contraeréis automáticamente. Esta contracción no tiene por qué ser una experiencia negativa. Es una experiencia en la que accedéis dentro del ser para identificarlo y para descubrir después el territorio siguiente, el horizonte interno siguiente, el próximo espacio sagrado y secreto dentro del ser. Es a partir de ese lugar interno que hallaréis una nueva vida. Si después de cada una de vuestras expansiones os concedéis el tiempo y la fe necesarios para entrar dentro, para permanecer con el ser en silencio y para volver a identificar quiénes sois desde un nuevo nivel, la expansión emergerá por sí sola. Si aceptáis el flujo natural de la contracción que os lleva hacia dentro y lo contempláis bajo el prisma de una

experiencia positiva, no necesitaréis crear experiencias negativas en vuestra vida externa que os obliguen a acceder al interior.

Así, reprogramando el tiempo para ingresar dentro posteriormente a una expansión, descubriréis un flujo interno positivo y automático. Allí alcanzaréis un punto de silencio; de permanencia en el vacío negro y aterciopelado dentro de vosotros que rebosa de una vida indiferenciada que espera manifestarse. Encontraréis ese vacío en las profundidades de vuestra estrella del núcleo. A partir de esa vida se produce la resurrección del ave fénix. Es el nuevo ser que se manifiesta con un aspecto adicional de vuestra esencia interna que no se había incorporado al ser hasta entonces.

* * *

No siempre dejamos que el impulso creativo se desplace libremente a través de nosotros porque tenemos miedo de experimentarlo. Aporta experiencia vital y cambio. Ambos nos inspiran temor. Lo bloqueamos porque todavía creemos que la experiencia vital puede ser peligrosa. Adoptamos una actitud de defensa y huimos del momento presente.

Hace poco, Heyoan dio un discurso sobre nuestra opción de defensa y cómo esa opción origina ciclos curativos en nuestra vida. Lo tituló «¿A quién servís?».

*** * ***

¿A QUIÉN SERVÍS?
Canalizado de Heyoan

Concentraos y proceded a alinear vuestro campo: conectaos a la Tierra, alineándoos con vuestra misión en la vida o la línea del hara; recorred cada chakra y limpiadlo; llevad vuestra conciencia a través de todos los niveles del campo; y acceded paso a paso al núcleo de vuestro ser. Preguntaos: «¿A quién sirvo? ¿Por qué he venido a la Tierra? ¿Cuál es mi objetivo a corto plazo? ¿En qué consiste mi objetivo a largo plazo?».

Desde la perspectiva del espacio/tiempo continuo, estáis creando de una forma aparentemente lineal, momento a momento. Esas creaciones siguen la trayectoria de vuestra intención. Cada una de vuestras acciones, cada una de vuestras opciones refleja a quién habéis decidido servir. Cuando estáis presentes en el momento de despliegue, permanecéis conectados a vuestras energías internas y a vuestro objetivo interno. Así, vuestras energías creativas emanan de vuestro núcleo despejado. Creáis placer y gozo en vuestra vida. Servís a lo divino que lleváis dentro, a vuestro núcleo.

Cuando no estáis presentes, como cuando adoptáis una defensa, no os conectáis directamente con las energías creativas que emanan de vuestra estrella del núcleo. No servís directamente a vuestro núcleo creativo. Si optáis por «protegeros» adoptando una actitud defensiva, servís la ilusión de que necesitáis una defensa. Ésta os saca fuera del momento de despliegue. Intenta congelar el tiempo para interrumpir o impedir que ocurra algo. La intención de detener el flujo creativo se llama «intención negativa». Es la intención de olvidar.

No os decimos esto en un tono de reprimenda. Parte de vuestra misión en la vida consiste en aprender a deshaceros de vuestra defensa y aprender a estar concentrados dentro de vosotros. Una vez que os hayáis encerrado en vuestra defensa y creéis desde allí, ya que no dejáis de crear estéis donde estéis, crearéis lecciones para aprender. Con el tiempo, esas lecciones os llevarán automáticamente de regreso al núcleo de vuestro ser. Tales lecciones pueden considerarse como ciclos curativos.

Existís en un sistema de ciclos curativos o de aprendizaje a prueba de fallos. Es un sistema diseñado por vosotros mismos. Cuando echáis la culpa al sistema, os alejáis un paso más de vuestro objetivo interno o intención divina. Se crea otro círculo. El círculo secundario es, por supuesto, otro ciclo curativo. Y en vuestras creaciones, originàis ciclos curativos que pueden considerarse de orden principal o secundario.

En vuestro desplazamiento momento a momento de ida y vuelta entre la clara intención positiva y la intención negativa, primero creáis gozo y luego más ciclos curativos, a través de los cuales accederéis a vuestro proceso curativo. Uno apoya al otro. Cuanto mayor gozo y placer haya en vuestra vida, mayor será el apoyo sobre el que descansaréis en vuestra progresión por los ciclos de curación y aprendizaje. Cuanto mayor sea el aprendizaje, más fe tendréis en vuestros ciclos curativos. Cuantas más cosas realicéis en la vida, mayores serán el placer y el gozo que podéis crear. Así, el proceso gradual de crear vuestra experiencia de la vida os aporta siempre, en último término, más placer y gozo.

Hoy he venido a deciros que vuestros ciclos curativos no tienen por qué ser tan dolorosos. El proceso natural de creación incluye los principios expansivo, contractivo y estático. Muchos de los problemas que tenéis se derivan de no comprender el proceso creativo y no saber cómo ayudaros en el transcurso del mismo. Los nuevos ciclos de aprendizaje que os aguardan resultarán más sencillos si os apoyáis en la verdad del ser; es decir, la verdad de quiénes sois en el momento, qué sois capaces de hacer en ese momento y qué es oportuno hacer en ese momento.

Bajo vuestra incapacidad de permanecer con vosotros mismos en cada momento yace una desconfianza. Pero os resistís a la contracción, asumiendo que será dolorosa.

Contemplad la posibilidad de definir una contracción como acceder o replegarse al interior para llevar todos los tesoros del mundo que habéis tocado cuando os hallabais en el estado de expansión a vuestro ser interno. En la contracción, lleváis esos regalos abajo y los colocáis en vuestro altar interno como reconocimiento de lo que habéis conseguido.

La contracción es reunir esos regalos, reunir esos aprendizajes y presentárselos al niño interno. Es colocarlos sobre el altar del niño interno, que resultó herido mucho tiempo atrás, y decirle: «Mira qué te he traído del mundo externo». Así como un adulto, una madre o un padre, lleva regalos a un niño, una contracción ofrece regalos al niño interno. Una de las grandes tradiciones de esta cultura es que, cuando los padres realizan un viaje, vuelven a casa con un regalo para el niño. Ese obsequio no es sólo para su hijo fisico, sino para el niño que llevan dentro. Muchas veces, su niño interno disfruta tanto del regalo como el niño fisico, y en ocasiones incluso más, como sin duda habréis experimentado. Así pues, llevad esos obsequios al ser interno.

Si os halláis en una fase de contracción porque acabáis de tener una experiencia vital muy expansiva o un aprendizaje intenso, permitíos aprender de la contracción. Si experimentáis dolor, dejad que éste sea el maestro. No os escondáis, no os encerréis en una defensa que os haga permanecer ocultos. Si debéis realizar un trabajo, hacedlo desde ese lugar. Si sois el maestro, enseñas desde ese lugar. Si os escondéis, vuestra labor no expresará vuestra esencia. No será completa. Si renunciáis a la defensa mientras trabajáis, accederéis a un estado de placer.

Sé que os pido algo muy dificil. Os pido, en cierta manera, que no hagáis lo que habéis hecho siempre para sentiros seguros cuando no os sentís seguros. Lo entiendo y lo digo con absoluta compasión. Nosotros estamos aquí para vosotros, con vosotros. Os acompañamos en la frontera de vuestra oscilación creativa. Y, como tal vez habréis experimentado durante una sesión curativa, cuando vuestro sanador está a vuestro lado momento a momento en la frontera de vuestra oscilación creativa, el dolor no es tan intenso. Simplemente, se convierte en una oscilación de vida que se expresa.

Así pues, cuando os pregunte «¿A quién servís?», pensad que servís al Dios o la Diosa que lleváis dentro. Que la fuente a la que servís es la estrella del núcleo, la expresión de la individualidad verdadera de Dios. Y que, si os preguntáis qué hacer a continuación, o dónde ir o qué decir, debéis acudir al centro de vuestro ser. Si encontráis al niño interno herido de camino hacia la estrella del núcleo, tomadle en brazos y llevadle con vosotros.

Dejad que esa estrella del núcleo se expansione dentro. Si eso implica que necesitáis unos instantes antes de hablar para responder a una pregunta o proseguir con una actividad, concedeos ese tiempo, ya que es así como podréis estar en vuestra verdad pase lo que pase en el nivel externo [en el mundo exterior]. Decid simplemente: «Necesito tiempo ahora. Necesito conectar conmigo mismo y encontrar el límite de mi oscilación. Cuando lo encuentre, podré estar en comunión contigo. Pero, por ahora, ni siquiera estoy en comunión conmigo mismo. ¿Cómo puedo estar en comunión contigo?».

Cuando estáis en el momento, con vosotros mismos, con vuestra oscilación, sois más perfectos y estáis sincronizados al máximo con el mundo. Si os preguntáis por qué determinados días discurren sin problemas, se debe a que estáis en sincronía con vuestra oscilación creativa de expansión, reposo, contracción y reposo. Y, por supuesto, cuando estáis con vosotros, estáis con el universo, con todo lo que es, con lo divino que se manifiesta en lo físico así como en lo espiritual. Esa es vuestra forma más natural. Ése es quienes sois. Ése es quienes somos. Porque nosotros somos parte de vosotros, como vosotros sois parte de nosotros.

Cuando bajasteis al plano de la Tierra que contiene tanto dicha como pesar, olvidasteis estas verdades de las que he hablado. Os dividisteis en la dualidad, dejando a vuestro guía en el mundo espiritual. Nosotros, los guías, podemos ser considerados como aquello que seréis y aquello que ya sois. No obstante, vosotros sois más. Así, si tenéis a vuestro guía personal en gran estima, observad que él es vosotros. La parte de vosotros que se ha encarnado posee un olvido algq mayor que la que se manifiesta dentro del guía. Esa es la única diferencia entre vosotros y nosotros. Y nosotros siempre estamos aquí para refrescaros la memoria y para llevaros a la sincronización. Ésa es la naturaleza de este trabajo. Es un regalo que vosotros ofrecéis a la Tierra y el regalo que nosotros os ofrecemos a vosotros.

Así pues, cuando avancéis por vuestro proceso curativo, caminad con vosotros mismos. Nosotros iremos a vuestro lado, dentro de vosotros. Recorred el camino curativo que es vosotros. Quedaréis encantados con lo que la fuerza creativa de vuestro interior os tiene reservado.

* * *

Autocuración siguiendo el impulso de la ondulación creativa

Sanar y estar sano implica tomar conciencia de nuestra oscilación creativa y permanecer en ella. Exige estar presente en el momento de repliegue. Requiere ser quienes somos en cada momento del tiempo. Podemos seguir conscientemente el impulso vital mientras asciende por nuestras cuatro dimensiones de la energía creativa. Podemos estar con él a cada momento mientras se desplaza por nuestro campo aural, nivel a nivel. Para concluir este capítulo, quisiera compartir con usted una meditación que Heyoan propuso hacia el final del programa de formación 1989-1990. Es una meditación para mantener su conciencia firmemente fijada sobre su oscilación creativa mientras se desplaza a través de usted. Le llevará al centro de sí mismo, que es vivo, creativo y libre. En él, usted se convierte en el impulso vital.

* * *

EL SER EXPANSIVO
Canalizado de Heyoan

Escuchad la música interna que interpreta quienes sois. Sentid la luz difundiéndose en vuestro interior, en cada célula de vuestro cuerpo. Arraigaos en el suelo y conectaos con vuestro objetivo de estar aquí. ¿Cuál es

la misión que os aguarda en este preciso momento? ¿Para qué habéis venido, y qué hay por aprender en este preciso instante de vuestro despliegue? En lugar de pensar en lo que debéis ser a continuación, trasladaos al momento de despliegue dentro de vosotros y permaneced apaciblemente dentro de cada célula de vuestro cuerpo; no penséis en quien deseáis ser, sino en quienes sois en este momento.

Cuando avancéis por vuestra expansión, luego por la estasis/comunión, y más tarde descendáis al ser en la contracción, seguid la oscilación en toda su trayectoria. Encontraréis una capa de dolor, pero superadla para llegar hasta el niño. Cuando cojáis al niño de la mano, profundizad hasta el núcleo de vuestro ser, hasta vuestra individualidad, y adentraos en ese núcleo hasta el gran vacío que existe en el interior del ser. Experimentad ese gran vacío, ya que representa vuestro potencial. Dentro de ese vacío vibra toda la vida, llena, pero nonata. Aquí hay una gran calma. Permaneced en la gracia de ese vacío interno. Ese vacío no está hueco, aunque pueda parecerlo desde el nivel de la personalidad. Cuanto más se entra en ese vacío dentro del ser, más vida se encuentra. Simplemente, rendíos a la seguridad y a la gracia de ese centro interno, liberándoos de todas las ataduras.

Cuando se produzca un movimiento a partir de la aparente nada, seguid la expansión del impulso de vida que va hacia fuera, llenando el espacio de vida inmanifiesta. A medida que subáis hacia el exterior, sentiréis ese impulso de vida atravesar los niveles de vuestro campo aural. Habrá un nivel en el que la mente vuelve a empezar. Si continuáis, pasaréis por todos los niveles de vuestro campo y por toda la experiencia personal que hay dentro de cada nivel. Estáis experimentando la manifestación de la vida. Estáis experimentando el proceso creativo. Esta expansión se perpetúa hacia fuera indefinidamente. Dejad que vuestra conciencia siga ese impulso hasta donde sea capaz. Sabed que ese impulso va a los límites más distantes del universo. Son sólo vuestras imágenes las que os limitan. Llevad vuestra conciencia a este proceso. Cuando os extendáis, alcanzad una esfera de 360 grados lo más lejos que lleguéis. Extendeos a través del universo infinito. Allí entraréis en comunión con todo lo que está fuera o aparentemente fuera. Es allí donde tiene lugar la fusión. Permaneced en ella. Luego, cuando vuestra oscilación creativa se repliegue, seguidla una vez más.

Esta expansión y contracción tiene lugar en todo momento. Es un impulso de expansión/estasis y contracción/estasis múltiple. Hay impulsos rápidos e impulsos lentos. Hay pulsos de los que jamás podréis tener conciencia mediante la mente consciente, ya que son inconcebibles.

Y así, cuando volváis a viajar hacia dentro, pasaréis una vez más por los niveles del campo. Mientras se devuelve aquello que habéis aprendido a todos los niveles de vuestro campo y por tanto a vuestra personalidad, los nuevos regalos aportan luz a vuestra individualidad. A medida que esa luz acceda al interior del campo, las partes de vuestro ser que están estancadas dentro de vuestra imagen negativa se iluminan. Cuando la luz incide en el olvido por vez primera, muchas veces se experimenta dolor. Porque evoca recuerdos. Evoca una energía y una conciencia que no han sido claras. Al principio del proceso, a medida que recorráis los niveles emocionales del campo, sentiréis vuestro dolor emocional. No detengáis la marcha. Seguid aportando luz y rociar con ella todas esas decepciones, todos los temores, todos los pesares, todas las tristezas, toda la aflicción que habéis experimentado en vuestra vida.

Si seguís el impulso en su trayectoria descendente, aportando luz y la comprensión de que sois uno con todo lo que es, seréis uno con el dolor. Sois uno con los individuos que están implicados en ese dolor. Y así, en la fusión de la dualidad que aparentemente existe entre vosotros y aquéllos implicados en un incidente doloroso en vuestra vida, nace el amor. Porque aquello que es tocado por la luz creará amor. Porque la comunión crea amor. A medida que profundicéis en el dolor y el miedo, el propio proceso de esta comunión crea amor. Es llevado hasta el niño interno y colocado a sus pies, y ese amor toca la herida original del niño y se cura. Sigue bajando hasta la estrella del núcleo, la esencia de quien sois. Una vez más, accedéis al vacío, después de haber traído más luz a la luz interna. Permaneced en la madre en gracia. Con esta gracia, estáis en comunión con la gran madre, y nuevamente nace el amor.

Posteriormente, comienza el movimiento hacia el exterior. El niño, una vez saciado, se aleja. Habiendo nacido del amor, entra en sí mismo, siente su ser individual y su cuerpo. Le gusta y ama lo que siente. Tiene más amor por sí mismo. Se comprende y de este modo descubre su valor. Siendo valioso, siente su amor por los demás y sigue hacia fuera. Este amor por los demás evoca el amor de éstos. El niño recibe el amor y la valoración que le devuelven los demás. La valoración amorosa aporta valentía mientras la conciencia del niño se extiende a través de la voluntad divina. Siente su integridad y su divinidad y entra en éxtasis espiritual. Al entrar en éxtasis espiritual, el niño es llevado a percibir el modelo perfecto y el conocimiento de la mente divina. Sale al exterior, a través de los límites lejanos del universo, hacia lo que se ha llamado el padre, y se acerca a la fusión una vez más. Vuestro ser interno se desplaza a través del universo manifiesto, creando más vida en el proceso, aportando los regalos que el ser individual ha manifestado al universo.

Así es el proceso creativo. Disuelve el dualismo. De este modo, vosotros creáis el mundo que os rodea: mediante la expansión, estasis y comunión con el universo que hay alrededor; y la contracción, estasis y comunión con vuestra individualidad interior. Es vosotros...

El ser expansivo

* * *

CONCLUSIÓN

A lo largo de este libro hemos hablado mucho de la creación de su propia realidad y de su conexión con su salud y bienestar personal. Hemos explicado cómo la energía creativa se origina en nuestro núcleo creativo y que el impulso de crear se origina en el placer. Hemos comentado la trayectoria que siguen las oscilaciones creativas de energía cuando emergen de nuestro núcleo de camino hacia el mundo físico. Hemos demostrado que cuando esta energía creativa emerge en el mundo físico de una forma pura y sin obstáculos, crea salud, felicidad, gozo y satisfacción en nuestra vida. Cuando se interrumpe, queda bloqueada o distorsionada, la consecuencia es una experiencia negativa y la enfermedad. Ésta es un efecto de bloquear la fuerza creativa. *La enfermedad es creatividad bloqueada.*

Cada experiencia negativa es una lección de la vida que pretende llevarnos a nuestra verdad. Cada experiencia vital negativa puede ser considerada como un ciclo curativo que nos conduce a unos niveles profundos del ser que olvidamos hace mucho tiempo.

La energía creativa del núcleo brota directamente y aporta más placer a nuestra vida, o bien se desvía y da inicio a un ciclo curativo. O lo uno o lo otro: o expresamos plenamente nuestra esencia interna en forma de dicha y placer, o estamos en un ciclo curativo que aporta una mayor conciencia de nosotros mismos, lo cual a la larga, de un modo indirecto, también permite una mayor expresión de nuestra esencia interna, que crea entonces más dicha y placer en nuestra vida. Este es el nuevo paradigma de los noventa.

En el nivel espiritual, nuestra opción en el momento es la elección entre amor y miedo. Y la tomamos a cada momento de nuestra vida, seamos o no conscientes de ello. Es la decisión entre estar indefenso o defendido, entre estar conectado y ser individual o estar desconectado y separado. La opción del amor consiste en dejar resplandecer nuestra esencia interna. Si no podemos realizar esta elección en ese momento, la siguiente opción de amor es aceptar nuestra condición humana tal y como es y trabajar en otro ciclo curativo u otra lección de la vida para adquirir más autoconciencia.

No existen criterios sobre la opción a tomar. Un ciclo curativo o una lección vital es una elección respetable. Nuestra opción de estar en el mundo fisico es la opción de pasar por ciclos curativos. Hace falta valor para estar aquí. Somos respetables y valientes por haber elegido estar aquí. Ningún dios externo nos hace estar aquí, ningún karma antiguo nos obliga a ello. Nosotros hemos escogido esta condición humana. Parte de la condición humana es que, en nuestro estado de evolución, somos incapaces de elegir siempre la expresión de nuestra esencia interna. Aún no sabemos cómo hacerlo. Todavía no hemos aprendido el amor eterno, pero estamos trabajando en ello y lo hacemos muy bien. Hemos decidido que el viaje merece la pena, y por eso estamos aquí. Todos esperamos y deseamos mejorar. Todos estamos aquí para aprender quiénes somos, tanto en el nivel más microscópico como en el macroscópico.

Así, el proceso curativo consiste en permitir que *emerja la luz.* Cuanto más deje que su esencia real resplandezca por todas las células de su cuerpo, más sano estará y más feliz será.

APÉNDICE A
UNA SESIÓN CURATIVA CON RICHARD W.

Para ilustrar cómo es una curación, he seleccionado una sesión curativa que di a un médico al que llamaré Richard W. Generalmente pido a los pacientes que rellenen un formulario y les someto a una entrevista preliminar. Puesto que Richard sentía curiosidad por mi trabajo, no me facilitó ninguna clase de información preliminar. Era como una especie de examen para comprobar si la EPS y la curación son informativas y útiles. Él quedó satisfecho con la curación y entregó la transcripción a su médico, George Sarant, doctor en medicina. El doctor Sarant ha escrito una carta en la que compara los informes del examen médico y los diagnósticos médicos con la información obtenida por medio de EPS durante la sesión curativa. Su carta viene después de la transcripción.

Transcripción de la sesión curativa con el paciente Richard W.

(Richard W. y Barbara están sentados en sendas sillas uno frente al otro, a una distancia de unos 180 cm entre sí.)

BARBARA: Usted necesita mucho más fortalecimiento en la mitad inferior del cuerpo, en el primer chakra y en la región pélvica. Y el metabolismo está un poco desequilibrado en el nivel de azúcar; la tiroides funciona por debajo de sus posibilidades y probablemente podría aprovecharse de una limpieza de hígado. Algo ocurre con la asimilación de nutrientes en el intestino delgado. No es tan efectivo como debería ser. ¿Tiene problemas de estreñimiento?

RICHARD W.: NO.

BARBARA: Su coxis tendría. que ser un poco más flexible. ¿Sabe? El occipucio y el coxis se mueven cuando usted respira. Eso se debe en parte a que la mitad inferior de su cuerpo es un poco menos débil de lo que debería ser. Estoy segura de que lo ha acusado también en su estructura de carácter. [«Estructura de carácter» es una expresión de la terapia bioenergética que relaciona la estructura física del cuerpo con la

configuración psicológica de la persona.] Pero la debilidad es provocada en parte por el coxis, que no es lo bastante flexible. Trabajaré en ello. El quinto y el primer chakras serían los más afectados por la carácterología de masoquismo. Quiero trabajar básicamente con [el problema en] el tercer chakra, que me doy cuenta de que es consecuencia de su experiencia infantil. En lo que se refiere a la psicodinámica, está relacionado con el modo en que usted se conecta con la gente. Hay algunos viejos trastornos en el tercer chakra relacionados con su madre y su padre que hacen de este área la más débil de su cuerpo.

Bueno, creo que no le resultará dificil aprender a ver dentro del cuerpo. Su tercer ojo está bastante abierto; tiene mucha energía en él. ¿Lo ha intentado? ¿Ha visto algo?

RiCHARD W.: Sólo un contorno borroso. Eso es todo. Y a veces veo cosas, y no estoy seguro de si son reales o no.

BARBARA: Lo que usted hace con ese dilema de si lo vio en un libro de texto o si está en el cuerpo es buscar anomalías que no aparecerían en el libro de texto. Probablemente ha realizado autopsias. Tiene que distinguir eso también. Pero lo que hará cuando mire dentro del cuerpo es que, con el tiempo, descubrirá cosas que no había visto antes, y eso le ayudará.

No sé si es normal o no, pero el lado derecho de su tiroides es un poco más pequeño que el izquierdo. ¿Le importa quitarse la corbata? Me resulta un poco dificil de ver. Trato de distinguir si hay algún problema psicológico en su corazón.

¿Cómo responde al estrés? ¿Trabaja muchas horas?

RICHARD W.: No especialmente. ¿Ve algo psicológico?

BARBARA: Ahora mismo no. Profundizará más. [...] Veo que ha estado sometido al estrés. *(Pausa; examina el corazón con EPS, todavía a 180 cm de distancia.)* Cuando observo el corazón, el problema está de hecho en este lado, detrás. *(Refiriéndose a la pared inferior derecha de la parte posterior del corazón.)* Esta parte de atrás parece un poco..., los músculos parecen más duros. Ya me explicaré mejor luego. *(Llegados a este punto, Barbara retiene información para no inquietarle.)*

(Richard W. se tiende sobre la camilla, y Barbara empieza a trabajar. Transcurre algún tiempo.)

BARBARA: Le hablaré un poco de lo que estoy haciendo. Esto no consta en mi libro. Voy a trabajar con algo que descubrí que es más profundo que el campo aural. Se llama «nivel del hara». Los que practican artes marciales lo utilizan. Usted sabe algo de eso. Voy a entrar para reforzar el punto llamado tan tien.

Sólo para su información, la razón por la que le he preguntado si sufre estreñimiento es que creo que ocurre algo en el equilibrio de líquidos de su cuerpo.

Así, desde el punto de vista psíquico, cuando efectúo una curación del hara, lo que ocurre es que toda la mitad inferior [del cuerpo] empieza a soltarse, como si se fusionara y se reformara. La articulación sacroilíaca de la derecha está desalineada, y estoy trabajando con ella. La parte delantera de esta articulación tiene un aspecto agarrotado. [...]

(Transcurre algún tiempo.)

Aquí hay una línea de acupuntura, un meridiano, que recorre todo el trayecto hasta aquí, y ahora estoy tratando de darle energía. ... Y estoy trabajando con los ligamentos de esta zona. Ahora, el segundo chakra empieza a cargarse.

He reestructurado el primer chakra en el nivel dorado del campo, que es la séptima capa aural. El primer chakra llega hasta aquí, hasta el coxis, y está situado en la articulación coxis-sacral. Aquí había una falta de energía, que sube hacia el lado derecho de la articulación sacroilíaca, y que sigue hacia arriba por todo el cuerpo.

(Transcurre algún tiempo.)

El lugar donde estoy ahora, desde mi perspectiva, es la vesícula biliar. [...] Y ahora estoy entrando en la zona del tercer chakra. De hecho, el hígado no tiene mal aspecto; parece mucho más limpio de lo que creía. Aquí debajo hay una zona, en el interior de la parte posterior del hígado, que está estancada.

Lo que hago ahora mismo es tratar de conseguir que la vesícula biliar vierta parte de su contenido. En el nivel aural, lo hace. Pero esto no implica necesariamente que lo haga también en el nivel fisico. Lo que oigo es que responderá dentro de unos quince días. Normalmente no doy una explicación en directo, pero lo hago porque usted es médico.

Estoy en el tercer chakra, trabajando con el cuarto nivel del aura.

¿Tiene algún hermano? ¿Alguien con quien se sintió muy unido cuando tenía unos doce años? ¿Murió o sucedió algo? ¿Se cayó de un árbol? Hay algún tipo de pérdida implicado. Aquí es donde ha quedado atascado en su cuerpo. Parece tratarse de un hermano. La presencia de ese trauma en su tercer chakra tiene la forma de un torbellino aquí, extendido y colgando hacia abajo. Es interesante. He visto esta configuración aural un par de veces, y está siempre asociada al exceso de peso. *(Richard W. tiene exceso de peso.)* Pero ahora, que la he visto conectada con su amigo o hermano, es el primer caso así con que me encuentro. Psicológicamente, está conectado con el padre. *(Se refiere al lado derecho del chakra del plexo solar.)* Aquí residen todos sus conflictos con su madre *(lado izquierdo del chakra del plexo solar).* Por lo que veo, la relación con su padre era mucho más sana que con su madre. Aquí [en el campo aural] quedan más problemas por resolver.

Así pues, lo que hago ahora es tratar de recomponer toda esta zona. El tercer chakra se ha desgarrado en esta zona, cerca de la región del páncreas.

RICHARD W.: ¿Ahí están los conflictos con mi madre? BARBARA: Sí. Estoy empezando a acceder a esta zona [con energía curativa] para recomponerla. Si trabajo con ella más tiempo, profundizaré cada vez más.

Estoy empezando a tejerla en el primer nivel del campo aural. Tal vez tenga la sensación de que la estoy tejiendo por completo, pero sólo estoy reforzando toda la zona.

(Pasa el tiempo. Barbara emite tonos curativos hacia la zona del páncreas y el plexo solar.)

Ahora afecta más la segunda capa, la alivia, de hecho es como si la suavizara.

(Barbara concluye la curación en silencio y se marcha. Richard W. descansa de quince a veinte minutos. Luego, Barbara regresa para comentarla curación. Por lo gene-ral, las curaciones no se comentan tan extensamente una vez finalizadas. Es importante que el paciente descanse. En este caso, como Richard W. es médico, tiene lugar una discusión más larga y detallada.)

BARBARA: Bien, con la reestructuración del tercer chakra y la reactivación de esas energías del sistema, sentirá alivio en la zona del chakra del corazón. El chakra del corazón trataba de realizar el trabajo de dos chakras a la vez.

RICHARD W.: ¿Ve algo en torno al chakra del corazón?

BARBARA: Sí, hay algunas cosillas que no he mencionado. La debilidad en el páncreas afectaba al riñón izquierdo. Todos los órganos tienen unos ritmos profundos que están todos sincronizados cuando el cuerpo está sano. [En la enfermedad, no están sincronizados.] El mes pasado, una alumna mía y yo trabajamos con una persona que había sufrido un trasplante de hígado; tuvimos que volver a sincronizar el ritmo de todos los órganos. Puesto que el páncreas de usted no funcionaba bien, tenía que volver a sincronizarse con el hígado, y luego con el riñón. Era casi como si el riñón estuviera energéticamente levantado y conectado con el páncreas. Y cuando yo he trabajado en esa zona, lo he bajado.

Hay un estancamiento en el corazón. Era como si este lado [el izquierdo] del corazón tuviera más energía que el otro, pero la causa principal no reside en el corazón, sino en la debilidad en los chakras inferiores, que usted debía compensar con el corazón. Entonces he oído a Heyoan que decía: «Cuando te conectes con tus pacientes, debes empezar a concentrarte en el hara y en los chakras inferiores». La razón de que hubiera una debilidad y un atasco profundos en el corazón era que este chakra [el tercer chakra] está desgarrado. Se compensaba haciendo discurrir energía por aquí. ¿Recuerda la línea de acupuntura que dije que recorre esta zona?

Había menos energía en el lado derecho del corazón que en el izquierdo. De modo que la desplacé [la energía]. Así pues, no me sorprendería que sintiera un estancamiento aquí. Si usted está aquejado de arritmia, la causa reside en la zona del tercer chakra en vez de en cualquier otro factor tradicional. Ya sé que eso no es tradicional, pero por supuesto que también he observado todos esos factores, el nivel de colesterol y de grasas, por ejemplo. También hay algo de eso.

Pero en cuanto al corazón en sí, cuando sea ayudado por los órganos inferiores y el metabolismo del cuerpo y los chakras inferiores, se pondrá bien. Mi recomendación es que se refuerce aquí [en la mitad inferior de su cuerpo]. Ahora todo esto [los chakras tercero y cuarto] están reestructurados, por lo que se sentirá de distinta manera allí. Y he introducido bastante energía en el hara, el tan tien, y he trabajado con el coxis. Sosténgase sobre las piernas, y cuando esté en el hospital [trabajando], sienta el hara y conéctese con él. En lugar de conectarse con los pacientes sólo por aquí [las zonas del corazón y el plexo solar], fortalezca el hara. Puede usted usar esos chakras [el del corazón y el del plexo solar], pero ponga una tapa sobre esos chakras, el tercero y el cuarto. Basta con imaginarse una pequeña tapa que le protege. Y eso es todo.

¿Tiene alguna pregunta que desee plantearme?

RICHARD W.: ¿Tengo una estructura muy profunda? BARBARA: ¿Caracteriológicamente? Sí, psicópata-masoquista.

RICHARD W.: ¿Y no fluctúa? ¿Hay un desplazamiento hacia arriba y energía obstruida en el torso?

BARBARA: Sí.

RICHARD W.: Físicamente, sufrí un ataque al corazón hace dos años. ¿A qué se refería cuando ha dicho que el corazón realizaba el trabajo de dos?

BARBARA: De dos chakras. El chakra del corazón efectuaba también el trabajo del tercer chakra. Recuerde que he dicho que esos músculos [los de la parte posterior del corazón] estaban..., casi diría que la palabra más adecuada es *viejos.* No me he atrevido a decirlo porque era una observación bastante negativa. Pero era casi como si esos músculos..., bueno, ya sabe que cuando las personas envejecen, pierden el tejido conjuntivo de los músculos, que se vuelve fibroso y duro. Ése es el aspecto que tienen los músculos de la cámara inferior derecha del corazón vistos por detrás, parecen de cartulina. No sé si esto tiene relación con algo.

RICHARD W.: Tejido cicatrizante.

BARBARA: Eso es.

RICHARD W.: Porque [el cardiólogo me dijo que] la pared interior de mi corazón no se mueve bien. Está dura. Es tejido cicatrizante, músculo cardíaco muerto.

BARBARA: ¿Sólo en ese lado o en todo el corazón? Porque la parte de arriba parece mucho mejor.

RICHARD W: La parte inferior, la pared interior del atrio derecho está rígida porque...

BARBARA: Yo lo veo en la parte posterior derecha. RICHARD W.: *(Señala la parte trasera del corazón, correspondiente a la zona que Barbara observaba.)* Eso es tejido cicatrizante, por lo que no se contrae como debería. Pero [usted dijo que] el problema reside más abajo.

BARBARA: La causa es la debilidad aquí dentro [en el plexo solar], el problema del metabolismo del azúcar, todo este chakra está desgarrado, y entonces usted no puede acceder a la reserva de energía que está aquí abajo [el tan tien]. Así pues, una disciplina como el tai chi le iría muy bien, ya que redistribuiría la energía. Lo

que no es beneficioso para usted es conectarse tanto con sus pacientes a través del corazón. No es bueno porque el corazón ya está sometido a una tensión excesiva a causa de la debilidad [inferior], tal como yo lo veo.

¿De modo que hace un par de años sufrió un ataque al corazón?

RCHARD W.: Me hice operar.

BARBARA: ¿Se hizo operar? Esto se me ha pasado por alto. ¿Le pusieron un bypass? Bueno, ¿sabe que he visto? Era muy curioso, era casi como si toda la aorta estuviera demasiado desplazada hacia este lado [el derecho], y yo la he vuelto a su sitio. [A nivel energético.] He desplazado toda la energía que circula por la aorta hacia la izquierda. Supongo que la desviaron hacia allí durante la operación.

RICHARD W.: Es probable.

BARBARA: Por eso existe tanta diferencia entre el lado derecho e izquierdo aquí [en la zona del corazón]. Muchas veces, la cirugía desplaza los órganos fuera del sitio que les corresponde en la estructura de campo. Si los órganos no están adecuadamente situados dentro de esta estructura-matriz, no recibirán la energía vital que necesitan para funcionar normalmente. Esto provoca una disfunción posterior de los órganos, puesto que los cuerpos de energía sirven como estructura-matriz energética en la que las células y los órganos se nutren y crecen. Así, cuando alguien se ha sometido a cirugía, es necesario resituar los órganos físicos en sus órganos energéticos y realinear los cuerpos de energía con el cuerpo fisico. Esto es lo que hice con la aorta de este paciente.

Por desgracia, cuando di la curación a Richard W., me disponía a abandonar mi práctica para disponer de tiempo para enseñar y escribir, y no volví a verle. Habría sido interesante constatar sus progresos en caso de que las sesiones curativas hubiesen continuado.

Pedí al doctor Sarant que me escribiera una carta aportando información médica sobre Richard W. para poder compararla con mis observaciones. Aquí está:

Carta de George Sarant, doctor en medicina, comentando la sesión curativa de Richard W.

En otros tiempos, la relación entre sanadores y médicos no era especialmente fructífera ni productiva, y la historia de la relación entre la medicina organizada y los sistemas de curación heterodoxos ha sido todavía peor. Recuerdo, siendo estudiante de medicina, los comentarios burlones y despectivos de mis profesores y compañeros respecto a los sanadores y otros sistemas de cuidado de la salud. Creo, sin embargo, que las actitudes tradicionales están empezando a suavizarse. Ahora encontramos médicos que remiten a sus pacientes a sanadores y profesionales de la salud alternativos, y algunos médicos que se convierten en sanadores. En este contexto, me vienen a la mente los nombres de Norm Shealy, doctor en medicina, Bernie Siegel, doctor en medicina, y Brugh Joy, doctor en medicina (entre otros muchos).

Yo envié a mi paciente Richard W. a la consulta de Barbara Brennan por varias razones. Richard W., que es también médico, muestra un vivo interés, al igual que yo, por los sanadores y los métodos curativos heterodoxos. El historial de Richard W. dice que, a los treinta y siete años de edad, sufrió un grave infarto de miocardio en la pared inferior [es decir, un ataque al corazón] y se sometió a una intervención en la que le instalaron un bypass en las arterias coronarias. Sufrió también un infarto y lesiones considerables en el atrio derecho [la importancia de lo cual se pone de manifiesto en las observaciones anteriores]. El padre de Richard W. murió a los treinta y ocho años de edad, y, durante su enfermedad, Richard W. padeció una sensación de impotencia, como si no viera una salida al embrollo emocional y situacional en el que se sentía implicado. Se interesó por obtener enfoques distintos de su enfermedad.

Decidimos que la mejor táctica para acudir a la consulta de Barbara sería no contarle nada a priori y ver a qué conclusiones llegaba ella. Sus observaciones fueron increíbles e impresionantes. Si bien no dijo de inmediato: «¡Ajá! Veo que ha tenido un ataque al corazón», sus observaciones revelaron una descripción valiosa y bastante increíble de un miocardio que había resultado dañado por isquemia, es decir, Barbara describió un corazón que había sufrido un ataque coronario. Describe un estancamiento en el corazón [...] y una debilidad y una obstrucción profundas en el corazón. [...] Muy interesante es su comentario de que [...] ese lado [izquierdo] del corazón tenía más energía que este lado [derecho]. [...] Porque, de hecho, Richard W. padecía lesiones musculares en los ventrículos izquierdo y derecho, pero también en el atrio derecho. Este era el más dañado, y probablemente es el que Barbara vio («fibrosos y duros [...] los músculos de la cámara inferior derecha del corazón»). Anatómicamente, si se mira la parte posterior del corazón, está constituida básicamente por el atrio y el ventrículo derechos. Si se pudiera ver a través de la espalda de una persona y observar el corazón, se vería primordialmente el atrio y el ventrículo derechos; y esa parte fibrosa y dura del corazón de Richard W. era su atrio y ventrículo derechos (deteriorados). Es imposible que Barbara pudiera saber esto excepto a través de su capacidad de ver el interior del cuerpo.

Otros aspectos de sus observaciones no son menos impresionantes. Barbara afirma con énfasis que el «metabolismo del azúcar está un poco desequilibrado», lo cual, curiosamente, no se manifestó como un problema clínico hasta casi dos años después de la observación. De hecho, Richard W. tiene ahora diabetes mellitus de tipo II. Es interesante especular con que este retraso de la afección clínica aparente fue quizá secundario a algunas manipulaciones en su campo energético. Desconocida para Richard W. en aquella época, él presenta también algún síntoma bioquímico de una ligera disfunción hepática. Los resultados de las pruebas del funcionamiento del hígado son de ligeramente a moderadamente elevados, confirmando el argumento de Barbara («podría recurrir a un lavado de hígado»). Sus comentarios sobre el bajo funcionamiento de la tiroides

podrían no ser justificados; las pruebas del funcionamiento de la tiroides han arrojado unos resultados bioquímicamente normales.

Otras partes de las observaciones eran funcionalmente correctas pero formalmente incorrectas. Es interesante comparar algunas de las observaciones de Barbara con sueños, o con personas que reciben información telepáticamente. A veces son casi correctos. Es decir, mientras que la validez global del informe es indudablemente acertada, hay ejemplos de ligeras excepciones.

Así, no fue el hermano de Richard W. quien murió cuando éste contaba doce años; fue su padre quien falleció cuando Richard W. tenía nueve años. Pero Richard W. admite que la relación con su padre era como la de dos hermanos. Yo considero que debe efectuarse más trabajo e investigación en partes específicas de algunas observaciones. Si bien Barbara estuvo totalmente acertada a la hora de ver y describir las anomalías anatómicas y fisiológicas en el atrio y el ventrículo derechos de Richard W., no hizo comentarios específicos sobre el ventrículo izquierdo. ¿Podría deberse a que el ventrículo izquierdo está ubicado en una posición más lateral en el pecho y por tanto no presenta un acceso tan directo? Son cuestiones sobre las que meditar. Bioenergéticamente, Richard W. tiene, en efecto, un diafragma tenso y espástico; es decir, presenta un bloqueo diafragmático severo que Barbara captó y explicó hasta cierto punto. Resulta interesante que observe un estancamiento en el corazón, que ella atribuye a este bloqueo.

Creo que los médicos pueden aprovechar mejor los servicios de los sanadores manteniendo una actitud imparcial y recordando que los médicos no son los detentores de la primera ni la última palabra sobre la enfermedad y la salud. Debemos demostrar una cierta humildad y ser imparciales.

Richard W. hizo algunos comentarios interesantes sobre el examen al que se sometió. Se sintió increíble y profundamente conmovido por la experiencia, aunque no podía determinar conscientemente el porqué ni qué tuvo el examen que fuera tan conmovedor. Me confesó también que varias horas después del examen, se sintió extraordinariamente fatigado y tuvo que dormir durante una hora. Lo comparó con la fatiga que experimentaba después de un tratamiento de acupuntura.

Confío en que habrá muchas más consultas compartidas entre médicos y sanadores. Unos y otros pueden beneficiarse en gran medida de esta cooperación.

APÉNDICE B
TIPOS DE PROFESIONALES DEL CUIDADO DE LA SALUD

Médicos holistas (doctores en medicina)

Qué hacen: Los médicos holistas son médicos que ejercen alguna modalidad de terapia natural, como la homeopatía, acupuntura, nutrición o cualquier otra especialidad. Los médicos holistas asumen que todos los aspectos de la vida crean y comprenden un estado absoluto de salud. Analizan los valores nutritivos, emocionales, ambientales, espirituales y de estilo de vida del cliente para tratar al individuo más que la enfermedad. El tratamiento suele consistir en varios procedimientos, cada uno de ellos adecuado a un aspecto distitno de la vida del cliente. El objetivo es alcanzar una sensación más plena y unificada de bienestar. El médico holista establece una relación cooperativa con el cliente y le ayuda en el proceso de autocuración. El cliente aprende que la responsabilidad sobre su salud juega un papel fundamental en el proceso curativo

Médicos naturópatas (doctores en naturopatía)

Qué hacen: El ámbito de competencias de un médico naturópata incluye todos los aspectos de la asistencia familiar, desde el parto hasta la geriatría. Estos médicos han recibido formación sobre medicina natural. Esta formación abarca cuatro años de estudios postuniversitarios, incluyendo dos años de ciencias médicas y diversas terapias naturales. Las terapias estudiadas incluyen la medicina herbaria, hidroterapia y manipulación, con áreas de especialización en parto natural, homeopatía y acupuntura.

Médicos osteópatas (doctores en osteopatía)

Qué hacen: Esta disciplina fue iniciada por Andrew Still a finales del siglo XIX, para enseñar la manipulación de huesos con la intención de favorecer la curación natural. La oesteopatía ayuda al cuerpo a estimular y restablecer su sistema inmunitario, y es muy efectiva en el tratamiento de muchos trastornos autoinmunitarios como la artritis. Estos médicos utilizan un sistema de curación que incide en la realineación del cuerpo mediante la manipulación para corregir estructuras y funcionamientos deficientes. Están especializados en la manipulación de músculos y articulaciones para tratar diversos problemas. Los médicos oestópatas obtienen su licencia según los mismos parámetros que los doctores en medicina, y reciben una formación adicional extensa sobre la estructura y el funcionamiento del cuerpo.

Quiroprácticos (doctores en quiropraxia)

Qué hacen: Los quiroprácticos están especializados en la manipulación y ajuste de la columna vertebral. Esta disciplina fue iniciada en 1895 por David Palmer, y se basa en la teoría de la subluxación espinal para favorecer la salud natural. Los quiroprácticos analizan y corrigen las interferencias nerviosas en la columna vertebral, que pueden ser consecuencia de traumas fisicos, interferencias durante el proceso de parto, estrés mental, nutrición deficiente o malas posturas.

Especialistas en nutrición

Qué hacen: Los especialistas en nutrición usan la dieta como terapia. Determinan las necesidades nutritivas individuales de un paciente así como la posibilidad de alergias a alimentos específicos. Entonces los especialistas en nutrición proporcionan directrices dietéticas y complementos nutritivos, como vitaminas y minerales, a ingerir a intervalos regulares durante un espacio de tiempo prolongado para el mantenimiento de la salud y el tratamiento de enfermedades. Muchas afecciones comunes pueden tratarse eficazmente con medidas dietéticas.

Homeópatas

Qué hacen: La homeopatía nació en Alemania gracias a Samuel Hahnemann (1755-1845). Es una ciencia farmacéutica natural que utiliza sustancias de los reinos vegetal, mineral y animal y se basa en la premisa de que esas sustancias de origen natural pueden curar síntomas similares a los que provocan si se ingieren en exceso. Cada medicamento se prescribe individualmente según cómo estimula los sistemas inmunitario y de defensa del enfermo. A veces recibe el nombre de «medicina real».

Acupuntores

Qué hacen: La acupuntura es considerada por los chinos como una forma de mantenimiento de la salud que estimula la capacidad del cuerpo de conservarse y equilibrarse. Se basa en la teoría de que una fuerza vital electromagnética se canaliza en un flujo constante por todo el cuerpo a través de una red de «meridianos». Se insertan agujas en unos puntos específicos a lo largo de los meridianos para estimular o dispersar el flujo de fuerza vital con el fin de corregir un desequilibrio. El tratamiento con acupuntura no emplea un sistema convencional de correlaciones entre enfermedades y técnicas específicas, sino que trata a cada individuo como un caso único.

Especialistas en trabajo corporal estructural

Qué hacen: Usan una técnica de extensión y movimiento del tejido conjuntivo (fasces) para estirar y equilibrar el cuerpo a lo largo de su eje vertical natural. Las distorsiones en el tejido conjuntivo pueden ser provocadas por la reacción y compensación debidas a accidentes, tensión emocional, antiguos traumas o pautas de movimiento influidas por condiciones de la niñez. Un tratamiento completo consta de diez sesiones que van desde las áreas de constricción superficiales hasta la reorganización general de partes más extensas del cuerpo.

Masajistas terapeutas

Qué hacen: El masaje terapéutico se ha utilizado desde los tiempos de Hipócrates, en el siglo iv a. de C. La filosofia esencial del masaje es la manipulación de tejidos blandos para estimular la tendencia del cuerpo a la autocuración. Consiste en métodos físicos que incluyen la aplicación de presión fija o móvil, la sujección y movimiento de partes del cuerpo.

Psicoterapeutas

Qué hacen: Los psicoterapeutas trabajan con la configuración emocional de sus clientes, perturbada por traumas infantiles y otras causas. Algunos tratan estos problemas en relación con la conexión cuerpo-mente. Son conocidos también como psicoterapeutas corporales.

Sanadores

Qué hacen: Como se explica en este libro, los sanadores trabajan tocando o sin tocar el cuerpo para equilibrar y cargar el campo aural. Canalizan energía curativa en sus clientes para aportar una curación total o parcial a cualquier parte del cuerpo.

Direcciones de interés

A.P.E.H. - Asociación Profesional Española de Heilpraktiker
Organización nacional de homeópatas, naturópatas, acupuntores, osteópatas. Representante español en la International Federation of Heilpraktiker (IFOH)
Passeig de Gràcia, 59, 2° - 08007 Barcelona
Tel. (93) 215 50 60
A.C.N.A.T.U.RA. - Associació Sindical de Naturópates de Catalunya
Passeig de Gràcia, 59, 2° - 08007 Barcelona Tel. (93) 215 50 60
Asociación de Practicantes de Osteopatía y Medicinas Manuales
Passeig de Gràcia, 59, 2° - 08007 Barcelona
Tel. (93) 215 50 60
Sección de Médicos Acupuntores Passeig de la Bonanova, 47 - 08022 Barcelona
Sección de Médicos Homeópatas Passeig de la Bonanova, 47 - 08022 Barcelona
Academia Médico Homeopática de Barcelona Aragón, 186 - 08011 Barcelona
Asociación de Entidades Privadas para la Enseñanza de la Terapia Manual
Casanova, 240, 3.° 1º 08036 Barcelona **Heilpraktiker Institut** Passeig de Gràcia, 59, 2° 08007 Barcelona
Liga Médica Homeopática Internacional
Ses Escoles, 11 - 07313 Selva (Mallorca) Tel. (971) 714 508
Organización Médica Homeopática Internacional
Loreto, 15-D, entresuelo 2º - 08029 Barcelona Tel. (93) 430 48 55
Asociación Española de Médicos Homeópatas
Apartado postal 53.268 - 28080 Madrid - Tel. (91) 276 26 85

APÉNDICE C
LA BARBARA BRENNAN SCHOOL OF HEALING

La Barbara Brennan School of Healing es una institución educativa especializada y muy prestigiosa que se dedica a la exploración y enriquecimiento de la ciencia curativa. Fundada en 1982, la Barbara Brennan School of Healing ha atraído a alumnos de todo tipo de profesiones y educación de todo el mundo para realizar estudios de ciencia curativa. La escuela tiene dos componentes:

Introducción a la ciencia curativa
Mediante talleres, conferencias, seminarios y demostraciones curativas, los alumnos empiezan a profundizar en los entresijos de la ciencia curativa, examinan los principios de la curación y exploran los múltiples aspectos de la experiencia humana que se imbrican en el proceso curativo.

El programa degraduación en ciencia curativa
Esta formación de nivel universitario conduce al ejercicio profesional de la ciencia curativa. La educación se extiende en un período de cuatro años de clases y estudio a domicilio e incluye exámenes escritos y prácticos. La formación para ejercer el profesorado dura dos años más. También se ofrecen cursos especiales para enfermeras, masajistas terapeutas y acupuntores. La matriculación en una universidad alterna permite a los alumnos utilizar sus estudios como la parte principal de su tesis de licenciatura o doctorado.

La formación incluye el estudio del campo energético humano (CEH), o aura, desde el punto de vista científico y de las observaciones clínicas a cargo de sanadores. Enseña la anatomía y fisiología del CEH; la psicodinámica del CEH, incluidos los bloqueos de energía y los sistemas de defensa según se manifiestan en el CEH; el desarrollo de la Elevada Percepción Sensorial para percibir el aura y recopilar información sobre la causa de la enfermedad; la canalización de orientación espiritual; la curación del hara; la curación de la estrella del núcleo; y muchas otras técnicas curativas. Explora cuestiones individuales mediante el proceso de trabajo personal profundo dirigido al descubrimiento del sanador único que llevamos dentro. Se imparten clases de cinco días cinco veces al año en Long Island, Nueva York.

Para más información, escriba, mande un fax o llame a:

The Barbara Brennan School of Healing
P.O. Box 2005
East Hampton, NY 11937 - Estados Unidos de América
Tel. 1-700-HEALERS Fax: 1-700-INLIGHT

Si llama desde un teléfono que no está conectado a la red AT&T, marque 10 + ATT + 0 + 700 + el número. Siga las instrucciones.

BIBLIOGRAFÍA

Altman, Nathaniel, *Everybody's Guide to Chiropractic Health Care,* Los Ángeles, CA, J.P. Tarcher, 1990. Angel, Jack E., *Physician's Desk Reference,* Montvale, NJ, Medical Economics Company, 1983.

Aranya, Swami Hariharananda, *Yoga Philosophy of Patanjali,* Albany, NY, State University of New York Press, 1983.

Artley, Malvin N, Jr., *Bodies of Fire, Vol. 1: A Thousand Points of Light,* Jersey City Heights, NJ, University of the Seven Rays Publishing House, 1992.

Becker, Robert O., *Cross Currents: The Promise of Electromedicine,* Los Ángeles, CA, J.P. Tarcher, 1990. Becker, Robert O., y Gary, Selden, *The Body Electric: Electromagnetism and the Foundation of Life,* Nueva York, NY, William Morrow & Co., 1985.

Berkeley Holistic Health Center Staff, *The Holistic Health Life Book,* Berkeley, CA, And-Or Press, 1981.

Berkow, Robert, *The Merck Manual of Diagnosis and Therapy,* West Point, PA, Merck Sharp & Dohme International, 1982. (Edición española: *El Manual Merck,* Doyma, 1989.)

Bohm, David y Peat, David F., *Science, Order, and Creativity,* Nueva York, NY, Bantam, 1987. (Edición española: *Ciencia, orden y creatividad,* Kairós, 1988.)

Bohm, David, *Wholeness and the Implicate Order,* Nueva York, NY, Routledge Chapman & Hall, 1983. (Edición española: *La totalidad y el orden implicado,* Kairós, 1988.)

Brewster, Letitia, y Jacobson, Michael F., *The Changing American Dieta A Chronicle ofAmerican Eating Habits from 1910-1980,* Washington, DC, Centers for Science in the Public Interest, 1993.

Bruyere, Rosalyn L., *Wheels of Light. A Study of the Chakras,* Arcadia, CA, Bon Productions, 1989. Burnham, Sophy, *A Book of Angels,* Nueva York, NY, Random House, 1990. (Edición española: *El libro de los ángeles,* Martínez Roca, 1993.)

Burr, Harold Saxton, *Blueprint for Immortality. The Electric Patterns of Life,* Essex, Inglaterra, The C.W. Daniel Company, Ltd., 1972.

Burt, Bernard, *Fodor's Healthy Escapes,* Nueva York, NY, McKay, 1991.

Campbell, Don (ed.),. Music *Physician for Times to Come,* Wheaton, IL, Quest Books, 1991.

Cousens, Gabriel, *Conscious Eating, Coos* Bay, OR, Vision Books, 1992.

Cummings, Stephen, y Ullman, Dana, *Everybody's Guide to Homeopatic Medicines, Los* Angeles, CA, J.P. Tarcher, 1984.

Diamond, Harvey y Marilyn, *Fit for Life,* Nueva York, NY, Warner Books, 1985.

Dunne, Lavon J., *The Bestselling Guide to Better Eating for Better Health,* Nueva York, NY, McGraw-Hill, 1990.

Durkheim, Karlfried, *Hara: The Vital Center of Man,* Nueva York, NY, Samuel Weiser, 1975.

Eisenberg, David, *Encounters with Qi: Ex ploring Chinese Medicine,* Nueva York, NY, Viking Penguin, 1987. Epstein, Gerald, *Healing Visualizations: Creating Health Through Imagery,* Nueva York, NY, Bantam, 1989. (Edición española: *Visualización curativa,* Robinbook, 199 1.)

Estella, Mary, *Natural Foods Cookbook,* Nueva York, NY, Japan Publications, 1985.

Evans, John, *Mind, Body and Electromagnetism,* Dorset, Inglaterra, Element Books, 1986.

Fremantle, Francesca, y Trungpa, Chogyam, *The Tibetan Book of the Dead,* Boston, MA, Shambhala, 1975:

Gach, Michael Reed, *Acu yoga,* Nueva York, NY, Japan Publications, 1981:

Gawain, Shakti, *Living in the Light,* San Rafael, CA, New World Library, 1986. (Edición española: *Vivir en la luz,* Sirio, 1990.)

Gerber, Richard, *Vibrational Medicine,* Santa Fe, NM, Bear & Co., 1988.

Goldman, Jonathan, *Healing Sounds: The Power of Harmonics,* Rockport, MA, Element, Inc., 1992: Goldstrich, Joe D., *The Best Chance Diet,* Atlanta, GA, Humanics, 1982.

Gottschall, Elaine, *Food and the Gut Reaction: Intestinal Health Through Diet,* Ontario, The Kirkton Press, 1986.

Grof, Cristina, y Grof, Stanislav, *The Stormy Search for the Self,* Los Ángeles, CA, J.P. Tarcher, Inc., 1990.

Harman, Willis, *Global Mind Change,* Indianapolis, IN, Knowledge Systems, Inc., 1988.

Harman, Willis, y Rheingold, Howard, *Higher Creativity: Liberating the Unconscious for Breakthrough In - sights,* Los Ángeles, CA, J.P. Tarcher, 1984.

Hay, Louise L, You *Can Heal Your Life,* Santa Monica, CA, Hay House, 1982. (Edición española: *Usted puede sanar su vida,* Urano, 1989.)

Hodson, Geoffrey, Music *Forms,* Wheaton, IL, The Theosophical Publishing House, 1976.

Hooper, Judith, y Teresi, Dick, *The Three Pound Universe,* Nueva York, NY, Macmillan, 1986: (Edición española: *El universo del cerebro,* Versal, 1987:) Ivanova, Barbara, *The Golden Chalice,* San Francisco, CA, H.S. Dakin Co., 1986.

Jaffee, Dennis T., *Healing from Within: Psychological Techniques to Help the Mind Heal the Body,* Nueva York, NY, Simon & Schuster, 1980.

Jening, Hans, *Cymatics.* Basilea, Suiza, Basler Druckund Verlagsanstalt, 1974:

Karagulla, Shafica, y Van Gelder Kunz, Dora, *The Chakras and the Human Energy Fields,* Wheaton, IL, Theosophical Publishing House, 1989.

Kowalski, Robert E:, *The 8-Week Cholesterol Cure,* Nueva York, NY, Harper & Row, 1989: (Edición española: *Ocho semanas para vencer el colesterol,* Edaf, 1989.)

Krieger, Dolores, *The Therapeutic Touch: How to Use Your Hands to Help or Heal,* Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall, 1979.

Kulvinskas, Viktoras, *Survival into the 21st Century Planetary Healers Manual,* Connecticut, Omangod Press, 1975.

Kushi, Aveline, y Jack, Alex, *Aveline Kushi's Complete Guide to Macrobiotic Cooking for Health, Harmony and Peace,* Nueva York, NY, Warner Books, 1985. Kushi, Aveline y Michio, *Macrobiotic Diet,* Nueva York, NY, Japan Publications, 1985.

Lavabre, Marcel, *Aromatherapy Workbook,* Rochester, VT, Healing Arts Press, 1990.

Levine, Frederick G., *Psychic Sourcebook: How to Choose an Use a Psychic,* Nueva York, NY, Warner, 1988. Levine, Stephen, *Healing into Life and Death,* Nueva York, NY, Doubleday, 1984.

Liberman, Jacob, *Light: Medicine of the Future,* Santa Fe, NM, Bear & Company, 1991.

Mandel, Peter, *Energy Emission Analysis: New Application of Kirlian Photography for Holistic Health,* Alemania, Synthesis Publishing Company, sin fecha. Markides, Kyriacos C., *Homage to the Sun,* Nueva York, NY, Routledge, 1987.

-, *The Magus of Strovolos: The Extraordinary World of a Spiritual Healer,* Nueva York, NY, Routledge, 1985:

McCarthy, Meredith, *American Macrobiotic Cuisine,* Eureka, CA, Turning Point Publications, 1986. Mitchell, Elinor R., *Plain Talk About Acupuncture,* Nueva York, NY, Whalehall, 1987.

O'Connor, John, y Bensky, Dan (eds.), *Acupuncture: A Comprehensive Text,* Chicago, IL, Eastland Press, 1981.

Orenstein, Neil, y Bingham, Sarah L:, *Food Allergies. How to Tell If You Have Them, What to Do About Them If You Do,* Nueva York, NY, Putnam Publishing Group, 1987.

Ott, John N:, *Health and Light,* Columbus, OH, Ariel Press, 1973.

Pearson, Carol S:, *The Hero Within: Six Archetypes We Live By,* Nueva York, NY, HarperCollins, 1989. (Edición esspañola: *El héroe interior,* Mirach, 1991.)

Pierrakos, Eva, *The Pathwork of Self-Transformation,* Nueva York, NY, Bantam, 1990.

Pritikin, Nathan, *Pritikin Permanent Weight Loss Manual,* Nueva York, NY, Putnam Publishing Group, 1981. *(Manual Pritikin pérdida permanente de peso,* Grijalbo, 1982.)

Pritikin, Nathan, y McGrady, Patrick, *Pritikin Programfor Diet and Exercise,* Nueva York, NY, Bantam, 1984.

Reilly, Harold J., y Brod, Ruth H., *The Edgar Cayce Handbook for Health Through Drugless Therapy,* Nueva York, NY, Berkeley, 1985:

Rodegast, Pat, y Stanton, Judith, *Emmanuel's Book II: The Choice for Love,* Nueva York, NY, Bantam, 1989.

Rolf, Ida P., *Rolfing: The Integration of Human Structures,* Rochester, VT, Inner Traditions, **1989:** Rubin, Jerome, *New York Naturally,* Nueva York, NY, City Spirit Publications, 1988:

Satprem, 7-he *Mind of the Cells,* Nueva York, NY, Instituto for Evolutionary Research, 1982. (Edición española: *La mente de las células,* Edaf, 1989.) Schetcher, Steven R., y Monte, Tom, *Fighting Radia - tion with Foods, Herbs and Vitamins,* Brookline, MA, East-West, 1988.

Schwartz, Jack, *Voluntary Controls. Exercises for Creativo Meditation and for Activating the Potential of the Chakras,* Nueva York, NY, Dutton, 1978.

Seem, Mark, *Acupuncture Energetics,* Rochester, VT, Inner Traditions, 1987.

Shealy, Norman C., y Myss, Caroline, *The Creation of Health: Merging Traditional Medicine with Intuitivo Diagnosis,* Walpole, NH, Stillpoint Publishing, 1988.

Sheldrake, Rupert, *A New Science of Life, Los* Ángeles, CA, J.P. Tarcher, 1981. (Edición española: *Una nueva ciencia de la vida,* Kairós, 1990.)

Siegel, Bernie S., *Love, Medicine & Miracles,* Nueva York, NY, Harper & Row, 1986. (Edición española: *Amor, medicina milagrosa,* Espasa-Calpe, 1991.) Simonton, O. Carl, y Henson, Reid (en colaboración con Brenda Hampton), *The Healing Journey,* Nueva York, NY, Bantam, 1992.

Steindl-Rast, Brother David, *Gratefulness, the Heart of Prayer,* Nueva York, NY, Paulist Press, 1984. Talbot, Michael, *The Holographic Universe,* Nueva York, NY; HarperCollins, 1991.

Ullman, Dana (ed.), *Discovering Homeopathy. Tour In*

troduction to the Science and Art of Homeopathic Medicine, Berkeley, CA, North Atlantic Books, 1991. Upledger, John E., y Vredevoogd, Jon D., *Craniosacral Therapy,* Seattle, WA, Eastland Press, 1983. Werbach, Melvin R., *Nutritional Influences on Illness: A Sourcebook of Clinical Research,* New Canaan, CT, Keats Publishing, 1989.

Wilber, Ken, *The Holographic Paradigm and Other Paradoxes,* Boston, MA, Shambhala, 1982. (Edición española: *El paradigma holográfico,* Kairós, 1987.) -, *No Boundary: Eastern and Western Approaches to Personal Growth,* Boston, MA, Shambhala, 1979. (Edición española: *La conciencia sin fronteras,* Kairós, 1987.)

Wilhelm, Richard, y Jung, C. G., *The Secret of the Golden Flower,* Nueva York, NY, Harcourt Braco Jovanovich, 1970.

Woolf, Vernon V., *Holodynamics. How to Develop and Manage Your Personal Power,* Tucson, AZ, Harbinger House, Inc., 1990.

Woolger, Roger J., *Other Lives, Other Selves,* Nueva York, NY, Bantam, 1988. (Edición española: *Otras vidas, otras identidades,* Martínez Roca, 1991.) Zerden, Sheldon, *The Best of Health: The 101 Best Books,* Nueva York, NY, Four Walls Eight Windows, 1989.

Zukav, Gary, *The Seat of the Soul,* Nueva York, NY, Simon & Schuster, 1989. *(El lugar del alma,* Plaza & Danés, 1990.)

FIN

*   *   *

Este libro fue digitalizado para distribución libre y gratuita a través de la red
utilizando el software (O.C.R.) "OmniPage Pro Versión 11" y un scanner "Acer S2W"
Digitalización, Revisión y Edición Electrónica de Hernán.
Rosario - Argentina
9 de Abril 2004 – 17:44